



في افتتاح سموه للمؤتمر الاقليمي العربي عن الكويت

## الأمير سلطان يرقب بالمشاركين ويعرب عن تمسياته للمؤتمر بالنجاح والتوفيق

رئيس المركز الوطني للعلوم والتكنولوجيا: أهمية المؤتمر تكمن في مدى الدور الذي تتحمله الدول العربية نحو استقلال رؤيتها الطبيعية



الأمير سلطان



د. عبدالله الحجي

الرياض - عبدالله الحجي - واس  
تلبية عن صاحب السمو الملكي الأمير سلطان بن عبدالعزيز أمير منطقة الرياض  
افتتح صاحب السمو الملكي الأمير سلطان بن عبدالعزيز نائب أمير منطقة الرياض  
امس بقاعة الملك فيصل للمؤتمرات المؤتمر الاقليمي العربي الثاني عن الكويت  
واستضافته في الوطن العربي والذي تنظمه المركز الوطني للعلوم والتكنولوجيا  
بإشراف...

وقد بدأ المؤتمر باي من الذكر  
الحكيم ثم ألقى صاحب السمو الملكي  
الأمير سلطان بن عبدالعزيز كلمة عبر  
فيها عن مسعته بالتمتع بالمؤتمر تلبية  
عن صاحب السمو الملكي الأمير سلطان  
بن عبدالعزيز ووجه سموه بالشكر لبلد  
في المؤتمر في بلدهم الثاني معربا عن  
تتمتع للمؤتمر بالنجاح والتوفيق.

ويعد ذلك الذي رئيس المركز الوطني  
للعلوم والتكنولوجيا الدكتور صالح  
العدلي كلمة شكر فيها صاحب السمو  
الأمير سلطان بن عبدالعزيز  
لافتتاحه للمؤتمر وعمل اهتمام سموه  
بصفة خاصة واهتمام حكومة صاحب  
الجلالة الملك فهد بن عبدالعزيز للحد  
حفظه الله بصفة عامة بالعلم والعلماء  
وأبراز مدى أهمية البحر العلمي في  
عملية التنمية.

وأوضح الدكتور صالح بأن فكرة عقد  
هذا المؤتمر الاقليمي العربي الثاني عن  
الكويت جاءت ليرى العلم العربي  
كله الصافي التريبي والاساسية  
لاتتجاه الكويت حيث يوجد الكويت في  
الدول العربية المنتجة للبتروك  
ثاني في عملية تعزيز البترول.

وأشار رئيس المركز الوطني الى ان  
البحوث التي ستناقش في هذا المؤتمر  
تتركز على استعمال الكويت في الزراعة  
حيث يعتبر من أهم العناصر الاساسية  
للزراعة وتتساوى أهميته في المناطق  
الريفية من العلم مع أهميته في المناطق  
الحضرية الجافة والروية على حد سواء  
بالإضافة الى أنه يستخدم كغذاء  
للحيوان والنباتات وكعبيد حشرات.

وقال ان استعمالات الكويت في مجال  
البناء والتشييد وإنشاء الطرق يلعب  
دورا هاما واساسيا ويقتل في إنتاج  
الاسفلت الكويتي واستعمالاته في  
رصف الطرق في دول الخليج العربية...  
كما يستخدم الكويت في إنتاج  
الخرسانة الكويتية القوية للصلد  
والتي تلعب دورا كبيرا في حماية

## من اقوال جلالة الملك فهد

لا بد وأن نبرز لأخري أن العقيدة الإسلامية هي عقيدة  
بناء وليست هدم وعقيدة سلام ما دام أن السلام الذي فيه  
أمكنة أن يوصلنا الى حقوقنا الشرعية وفي نفس الوقت  
فيها من القوة والصلابة اذا برز الخطأ وأصبح الهدف  
الرئيسي لابد وأن تستعيد حقه بشكل أو بآخر... لقد نظمت  
امورنا الخاصة والعامة وضمنت حقوقنا في ديننا وأخرتنا.

المناسبة: كلمة جلالة الملك فهد في افتتاحه الى الطلبة السعوديين  
الذين يتلقون تعليمهم العالي هناك... السبت ٢٦ جمادى الأولى ١٤٠٥ هـ.

## النشيد الوطني

سارعي للمجد والعلواء  
وارفعي الخفاق اخضر  
يا موطني  
موطني  
عشت فخر المسلمين  
عاش الملك العلم والوطن

## أمير الجبيل ومدير أوقاف الشرقية يتفقدان عددا من مساجد الجبيل

كتب - علي الخواهر:  
قام سعادة أمير الجبيل أحمد عبدالله  
المسافر وسعادة مدير عام الأوقاف  
والمساجد بمنطقة الشرقية سيف  
ابراهيم السيف صباح امس الأول  
السبت بجولة تفقيدية على عدد من  
المساجد والجامع بمدينة الجبيل  
شملت كلا من جامع أبويكر الصديق  
الذي تم بناؤه على أرض مصل العبد  
القديم نموذج (د) ويشتمل على بكية  
اضافة مع دورات مياه وسكن للام  
ولشر للمؤذن وقد تم استلامه في نفس  
اليوم وبلغت تكلفة إنشائه  
٤٠٠٠٠٠ ريال.  
كما شملت الجولة كذلك مسجد جامع  
عيسى الخاطر والذي يجري العمل على  
إنشائه من جديد على موقع المسجد  
القديم وهو نموذج لجامع الملك فهد  
وتتبعه دورات مياه منفصلة وسكن

## إعلان عن وجود بول مفقود

عمر المواطن محمد بن لاجه العسيري  
على بول بياضه أوران وصليح من المان  
في موقف سيارات صراج الدمام. فاض صاحبه  
مراجعتي في مكانه الكائن في عمارة الجابر مقابل المخرج.

ويشارك في هذا المؤتمر عدد من  
الخبراء المختصين من مختلف دول  
العلم بالإضافة الى عدد من الخبراء  
المختصين من مختلف مناطق  
المملكة.

## حفر عدد من الابار بقرى الاحساء لتوفير المياه الصالحة للشرب للمواطنين

في مدن وقرى الاحساء ويتوجهات من  
معالي / عبدالرحمن آل الشيخ فقد تم  
حفر عدد من الابار في عدد من قرى  
الاحساء.

صرح بذلك لـ اليوم، السيد  
عبدالرحمن سعد العيني مدير عام  
الزراعة والمياه بمنطقة الاحساء.

وأضاف أنه يجري حفر ابار في كل من  
الطريق والقرن - وابو الحمي - وبني  
ومن والطريق وحي الراشدية بطريق  
وحي المنيحة الجديد.

وأشار الى ان بعض الابار قد تم  
بالقفل حفرها والبعض الآخر في قيد  
الإنشاء او تحت عملية الحفر.

أكد العيني على حرص وزارة  
الزراعة والمياه على توفير المياه الصالحة  
للشرب للمواطنين بسهولة ويسر كما

أشار الى أنه سيتم تغيير بعض شبكات  
المياه في بعض القرى نظرا لقدمها وكذلك  
تجديد شبكات مياه جديدة.

الجدير بالذكر ان مصلحة المياه  
والمجاري تولى مسئولية إيصال مياه  
الشرب في بعض مدن وقرى الاحساء  
بعد ان يتم تسليمها لها من قبل وزارة  
الزراعة وللاية وذلك في إطار التعاون  
بين المصلحة والمديرية العامة للزراعة  
والمياه.

المسحور المركزي بالمملكة بالإضافة الى  
تأثير اضافة الكويت على بعض خواص  
الاراضي الصحراوية المصرية.  
كما يناقش المشاركون خلال المؤتمر  
تأثير المستويات العالية من الكويت

ويشارك في هذا المؤتمر عدد من  
الخبراء المختصين من مختلف دول  
العلم بالإضافة الى عدد من الخبراء  
المختصين من مختلف مناطق  
المملكة.

## ٤١٩ متخرجاً من معهد الأئمة والدعاة ببنكة المكرمة

بلغ عدد المتخرجين من معهد الأئمة  
والدعاة ببنكة المكرمة التابع لرابطة  
العلم الاسلامي ٤١٩ متخرجاً من خمس  
دورات دراسية خصصت للمؤتمر  
الاول والثاني منها للأئمة من داخل  
المملكة.. وكان عدد الدارسين بها ٢٩٥  
دارساً كما خصصت الدورات الثلاث

الأخرى لآباء الدول الاسلامية الذين  
تخرجوا من جامعات المملكة او غيرها  
من جامعات البلدان الاسلامية وقد بلغ  
عدد الدارسين بهذه الدورات ١٢٤  
دارساً.

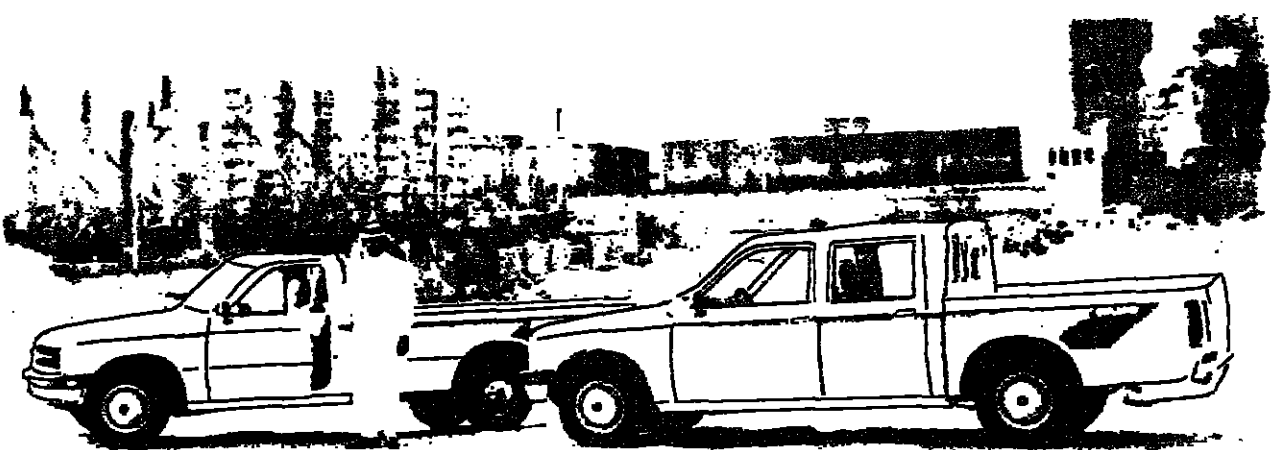
وتسعى الرابطة ضمن نشاطها من  
اجل نشر الدعوة الاسلامية الى استخدام  
بالمناسبة... وتعين تأثر الكويت على  
تحسين نوعية مياه الري بطريقة

Chevrolet  
LUV



علامة البيع  
الصفراء  
الأسعار  
تبدأ من  
١٣,٩٩٠ ريال

ameco  
اميكو  
ZAHID



شيفروليه التي يعتمد عليها.. من جنرال موتورز

الأسعار المتمثلة في الصناعة اليابانية

أسعار أميكو المناسبة لتقبل المنافسة...

فرع الخبر يعمل الآن لإرفاق في شارع الملك عبدالعزيز بالخبر • فرع الجبيل وفرع العقوف بفتح قرياً (سبرنت - لاف)

شركة السيارات والهندسة العربية المحدودة

(زاهيد)

الدمام: ت ٢٤١١ - ٨٢٦ ص ب ١٦٦ راس تنورة: ٦٦٧ - ٠٢١٢٢٠٠ الخبر: شارع الملك عبدالعزيز بجوار السواق

## المؤسسة العامة للبترول والمعادن

بترو سيف

وظائف شاغرة في مراكز الحاسب الآلي بالمملكة  
تعلن الخدمات الهندسية والحاسب الآلي عن وجود الوظائف الشاغرة الآتية:

## مهندسي نظم

للعمل بالرياض وجدة وينسب والظهران  
المؤهلات والخبرة المطلوبة:

- بكالوريوس في علوم الكمبيوتر
- أو هندسة النظم
- خبرة في الحاسب الآلي
- معرفة لغة كوبرول
- إجادة اللغة الإنجليزية
- تحدثاً وكتابة
- الراتب يحدد حسب المؤهلات والخبرة
- بدل سكن بمعدل شهر ١٠٠٠
- رواتب سنوياً
- بدل مواصلات شهري
- العلاج المجاني للموظف وعائلته
- ومن يعول شرعاً
- فقرص التدريب داخل المملكة وخارجها
- في مجال الحاسب الآلي

ترسل الطلبات مع صور الشهادات وصور شخصية بأرسم / مدير العلاقات العامة (بترو سيف)  
جدة - ص ب ٢٢٢٩ الرياض البريدي (٢١٤٥١) - هاتف (٢٣٦٧٤١) / (٢٣٦٧٨١) توصيلة ٦٠٢١  
تلفاكس (٢٣٧٧٧٦) - تليفون (٢٣٧٧٧٦) - تليفون (٢٣٧٧٧٦)

الإعلانات	المراسلات المالية والإدارية	معلومات الإدارة	معلومات التحرير	التحرير	رئيس مجلس الإدارة والتدريس	رئيس التحرير
يتنق بشأنها سحر الإدارة الساعة والسرور إدارة الإعلانات ٨٣٣١٢ - ٨٣٤ - ١٧٧	والاشتراكات والإعلانات توجه إلى مدير عام الإدارة	العلاقات العامة: ٨٣٣٣٠٠ الاشتراكات: ٨٣٣٣٠٠ الاشتراكات: ٨٣٣٣٠٠ الاشتراكات: ٨٣٣٣٠٠ الاشتراكات: ٨٣٣٣٠٠	مكتبة التحرير: ٨٣٣٣٠٠ مكتبة التحرير: ٨٣٣٣٠٠ مكتبة التحرير: ٨٣٣٣٠٠ مكتبة التحرير: ٨٣٣٣٠٠ مكتبة التحرير: ٨٣٣٣٠٠	شاعر الاقلام: ٧٦ الإدارة: شرق قسرة شرقية شارع الملك عبدالعزيز	خالد القزيع ت: ٨٢٣٨٤٩ مدير التحرير: عتيق الخساس ت: ٨٢٣٨٤٩	حمد المبارك مدير عام الإدارة مساعدة الخراسي ت: ٨٣٣١٠٩

اليوم  
البريد الإلكتروني: العام  
البريد الإلكتروني: العام  
البريد الإلكتروني: العام



**RADO رادو**  
DiaStar «Anatom»

## ● صدور الحكم في حادث مطار أورلي :

أقره / أ ب ...  
وصفت انقرة صباح امس الاحد بالاجلالية الحكم ضد الارمن الثلاثة الذين ادينوا في فرنسا لاشتراكهم في الاعتداء بالغاز على معسكر شوشا.

وقد حكم على فاروجان جاريديان (٣١ عاماً) وهو الذي وضع القنبلة في المطار ويحمل جواز سفر سوري بالسجن المؤبد مع الحدث وخاصة تزويده لاشتراكه في الحادث ولخاصة تزويده الآخرين بالمواد المتفجرة في القنبلة وإحضاره ونقله لاسلحة وانضمامه الى عصبة من الاشقياء.

اما سونر تير (٣٤ سنة) التركي الجنسية صانع القنبلة حسب قرار المحكمة (٢٤ عاماً) وهو ذلك تركي الجنسية وحكمت عليه بالسجن لمدة ١٠ سنوات لاشتراكه في الحادث ولخاصة تزويده بالمواد المتفجرة في القنبلة وانضمامه الى عصبة من الاشقياء.

وقد تم تخفيف الحكم الصادر ضد سونر تير (٢٤ عاماً) وهو ذلك تركي الجنسية وحكمت عليه بالسجن لمدة ١٠ سنوات لاشتراكه في الحادث ولخاصة تزويده بالمواد المتفجرة في القنبلة وانضمامه الى عصبة من الاشقياء.

وقد تم تخفيف الحكم الصادر ضد سونر تير (٢٤ عاماً) وهو ذلك تركي الجنسية وحكمت عليه بالسجن لمدة ١٠ سنوات لاشتراكه في الحادث ولخاصة تزويده بالمواد المتفجرة في القنبلة وانضمامه الى عصبة من الاشقياء.

وقد تم تخفيف الحكم الصادر ضد سونر تير (٢٤ عاماً) وهو ذلك تركي الجنسية وحكمت عليه بالسجن لمدة ١٠ سنوات لاشتراكه في الحادث ولخاصة تزويده بالمواد المتفجرة في القنبلة وانضمامه الى عصبة من الاشقياء.

وقد تم تخفيف الحكم الصادر ضد سونر تير (٢٤ عاماً) وهو ذلك تركي الجنسية وحكمت عليه بالسجن لمدة ١٠ سنوات لاشتراكه في الحادث ولخاصة تزويده بالمواد المتفجرة في القنبلة وانضمامه الى عصبة من الاشقياء.

وقد تم تخفيف الحكم الصادر ضد سونر تير (٢٤ عاماً) وهو ذلك تركي الجنسية وحكمت عليه بالسجن لمدة ١٠ سنوات لاشتراكه في الحادث ولخاصة تزويده بالمواد المتفجرة في القنبلة وانضمامه الى عصبة من الاشقياء.

وقد تم تخفيف الحكم الصادر ضد سونر تير (٢٤ عاماً) وهو ذلك تركي الجنسية وحكمت عليه بالسجن لمدة ١٠ سنوات لاشتراكه في الحادث ولخاصة تزويده بالمواد المتفجرة في القنبلة وانضمامه الى عصبة من الاشقياء.

## مواد بناء ملوثة بأشعاعات نووية تثير الذعر والاحتجاج في المكسيك

مكسيكو سيتي - كونا :  
اتارت محاولات للتخلص من ٧٠ طناً من مواد البناء الملوثة بالاشعاعات النووية موجهة من الذعر والاحتجاج والاختلاف الاساسي ضمن صفوف حركة حماية البيئة في المكسيك.

وقد تم اكتشاف التلوث الناتج عن سقوط الحبات المشعة بعد حوالي شهرين عندما مرت شاحنة محملة بمواد صلبة ملوثة قرب منشأة نووية أمريكية في لوس الاموس القريبة من نيومكسيكو وانطلقت صفارات الانذار.

استخدم انذاك حوالي ستة الاف طن من مواد الصلب التي تعرضت للاشعاعات في مشاريع اعمارية واعلنت الحكومة في وقت سابق انه تم تصدير القضبان الحديدية الملوثة الى ١٥ ولاية من مجموع ولايات المكسيك البالغ عددها ٢٥ ولاية لاستخدامها في بناء المنازل.

واعترض رئيس حركة حماية البيئة المكسيكية الفونسو سيريس ان اسباب الاحتجاج سياسية اكثر منها حماية للبيئة مشيراً الى ان الهدف من هذه الحملة وضع العراقيل امام الحزب الثوري الدستوري الحاكم.

وكان متظاهرون قد وزعوا خلال التظاهرات منشورات تدعو الاهالي الى التحرك ومواجهة خطط الحكومة لدفع النفايات النووية من كل انحاء المكسيك في قريتهم وحذرت المنشورات الاهالي من خطر هذه الاشعاعات على حياتهم ورياحها اطفالهم ومنتجاتهم الزراعية.

الا ان سيريس اعتبر هذه الحملة دليلاً على الرقبة في خلق المشاكل وليس ايجاد حلول لها. واعترف سيريس بعدم وجود خطة واضحة لحملة العاصمة مكسيكو التي تعتبر اكثر المدن تلوثاً في العالم.

ويتواجد في العاصمة المكسيكية ثلاثة مواقع للتخلص من النفايات النووية اثنتان منها نوويان وواحد كيميائي.

موسكو - الغد :  
ذكرت وكالة تاس السوفيتية ان وفدًا من مجلس السوفيت الاعلى برئاسة فلاديمير تشير بييسكي عضو المكتب السياسي للحزب السوفيتي الحاكم غادر موسكو امس (الاحد) في طريقه الى نيويورك.

واوضحت الوكالة ان الوفد السوفيتي يتوجه للولايات المتحدة في زيارة رسمية تستغرق عشرة ايام تلبية لدعوة من مجلس النواب في الولايات المتحدة.

وسيستقبل الرئيس رونالد ريغان تشير بييسكي هو جوردون شولتز وزير الخارجية الامريكاني. ويتألف الوفد السوفيتي من ثمانية اعضاء بينهم وزير الخارجية الامريكاني.

ويعد هذا الارتقاء في الاسعار الرابع الذي جاء في ظل الاحكام العرفية الصادرة في شهر ديسمبر عام ١٩٨١ بيد ان اكبر ارتفاع في الاسعار (نحو ٢٤٠ في المائة في المتوسط) قد تم تطبيقه في عام ١٩٨٢.

## تركيا واليابان تقيمان مصفاة بترول ضخمة في جيجريا

طوكيو - الغد :  
ذكرت صحيفة (نيهون كيزاي شيمبو) امس الاول ان جيجريا طلبت من مجموعة شركات تضم مؤسستين يابانيتين وشركة فرنسية اقامة مصفاة لتكرير البترول تقدر قيمتها بحوالي ٥٧٦ مليون دولار.

ونشرت اكبر الصحف الاقتصادية اليابانية ان شركة البترول الوطنية الجيجرية ابرمت هذا العقد مع مؤسسة (نيكي) اليابانية لانتاج المصانع ومؤسسة (ماروييني كورپوريشن) التجارية وشركة (سبي) الفرنسية.

واضافت الصحيفة الاقتصادية انه سيتم اقامة هذا المصنع الذي تقدر طاقته بمئة وخمسين الف برميل يوميا في ميناء (هاركوز) بجنوبي جيجريا ويتم تسليمه في اغسطس ١٩٨٧. وارادت الصحيفة قللة دون الاشارة الى مصدر معلوماتها ان البنك الياباني للتصدير والاستيراد سيقدم قروضا في هذا الصدد.

## فاونسا يدعو البولنديين الى الاعتراض على ارتفاع الاسعار

وارسو - الغد :  
وجه ليخ فاونسا نداء امس الاول الى العمال البولنديين يدعوهم الى الاعتراض على ارتفاع اسعار السلع الغذائية التي يسببها العمل بها اعتباراً من اليوم (الاثنين).

وقد وجه الحاصل على جائزة نوبل ... في تصريح ادلى به لتلفونيا رسالة من مختطف امريكي في لبنان لعائلته يواظنهم

جوليت - الولايات المتحدة - الغد :  
تمكن الاب لورانس جينكو احد الامريكيين الاربعة المختطفين حالياً كرهائن في لبنان من ارسال اول رسالة لعائلته منذ اختفائه منذ ما يقرب من شهرين صرح بذلك جون ميهليس احد اقاربه.

واوضح ميهليس ان رسالة القس الذي اختطف في ١٩ فبراير في بيروت كانت تحمل ختم البريد اللبناني بتاريخ ١٩ فبراير. واضاف دون ذكر تفاصيل حول مضمون الرسالة انها / كانت مكتوبة بخط يده واعطت لعائلته املاً كبيراً في وجوده على قيد الحياة.

وما يذكر ان الاب جينكو (٥٠ سنة) وهو من جوليت (البنين) واحد الرهائن الامريكيين المختطفين حالياً في لبنان. وكان هناك خامس هو جيمس ليفان الذي اختطف منذ قرابة عام بينما كان يشغل منصب مدير مكتب محطة التليفزيون الامريكي (سي ان ان) في بيروت وقد نجح في الهرب منذ ثلاثة اسابيع.

واكد كاتلين لانج المتحدثة باسم وزارة الخارجية الامريكية في واشنطن ان عائلة الاب جينكو استلمت الرسالة وتأكدت من صحتها.

وتجدر الاشارة الى انه في يوم الخميس الماضي لم يلتزم جميع

بسم الله الرحمن الرحيم

إلى السادة الذين سبق أن اشترؤا أراضي في مخطط عطاء الله. أبحر الشمالية والذين لم يسدروا ما عليهم من مبالغ.

فإنه يرجى منهم مراجعة مالك المخطط وهو : شركة إخوان التجارية وذلك لتسديد ما هو متبقي عليهم وذلك حتى الساعة الخامسة من مساء يوم الأربعاء ١٤٠٥/٦/٢٢ الموافق ١٩٨٥/٣/١٣ وبعده و بموجب عقد البيع سوف نضطر أسفين إلى إعادة بيع الأراضي الخاصة بك متخلفين عن التسديد وبعد بيعها على غير سوف يحسم من ائتمه ما هو متبقي للمالك وإذا حصل نقص في المبلغ فإن المشتري الأول ملزم بتسديد المالك. لأننا نردنا إقتالات كثيرة من مواطنين يرغبون في شراء من نفس المخطط ..

فإنه سوف يحسم له ٤٠٪ مما هو متبقي عليه وليس من القيمة الأصلية للبيع ٤٠٪ و الله الموفق ...

٢٦-٢٩ ٤٥  
٢٦-٢٨ ٠٤  
إدارة العقار  
٢٦-٧٣٦٨

الشيخ الفقيه الفيلسوف

تقدم بها إلى صاحب السمو الملكي

الأمير محمد بن فهد بن عبد العزيز

أمير المنطقة الشرقية

على الثقة الملكية العالية .. كما تقدم الشكر الجزيل

لسمو الأمير عبد المحسن بن جلوي

على ما قدمه لهذه المنطقة طيلة عمله أميراً لها

مدير وموظفو صف نجد والحجاز

الدمام - حي الباريت - شارع ٢٤



## كلمة اليوم

الغموض .. وحبال كاليب ديفيد

كل مشروع أو اقتراح سلام للقضية الفلسطينية يسير بها الى مآهات جديدة .. حتى تخلت القضية الفلسطينية في نفق غامض وهو بالتأكيد ليس النفق المظلم الذي يرى عرفات في طرفة الآخر فتأجيل القدس .. فكما طرح مشروع سلام تصادى العدو في غيه وعنده .. وماذا حققت هذه المبادرات والمشاريع .. مشروع روجرز انتهى في وقته .. معاهدة السلام الاسرائيلية المصرية الغت القوة العسكرية المصرية من معادلة المواجهة العربية الاسرائيلية .. مبادرة ريفان غير عملية وغير مقبولة وجاءت عقبة في طريق مشروع السلام الاردني والآخر اجل عربيا ليحل محله الاتفاق الاردني الفلسطيني .. والمبادرة المصرية واقتراح موسكو محل القضية من خلال مؤتمر دولي يتيح لها الحلولة عن تفرد واشنطن باللعب على طاوله الشرق الاوسط .. الاتفاق الاردني الفلسطيني غامض وكل طرف يفسره حسب رغبته حتى العرب لا يعرفون ماهو المقصود تماما من الاتفاق ليتمكن العمل على مباركته او رفضه .. والقاهرة استغلت الغموض والبلبل في الساحة العربية لتقديم مبادرة باقتراح مفاوضات مباشرة بين الاردن واسرائيل بمشاركة فلسطينية لتضع القاهرة مزيدا من العقبات في طريق المشروع العربي للسلام والبدل معاهدة كامب ديفيد المصرية - الاسرائيلية .. فيأخذه مشروع السلام العربي تصبح كل الطرق سالكة الى معاهدة كامب ديفيد بقيادة المبادرة المصرية الجديدة او الى معاهدة شبيهة بها لان مصر بحاجة الى من يقف الى جانبها في سلامها مع العدو ..

فالقاهرة تجيز كل الخلافات وسوء الفهم والغموض في الساحة السياسية العربية لصالح معاهدة كامب ديفيد التي عزلت مصر عن الوطن لتثبت ان المعاهدة كانت في الطريق الصحيح حتي ولو كانت مسئوليتها تقع على السادات وحده الا ان كثيرا من رؤوس السلطة الحالية في مصر شاركوا السادات في مسئوليتها لهذا تجري محاولات لمد الجسور بين العرب واتفاقيات كامب ديفيد لن تنتهي الا باتفاق عربي شامل يحدد الاسس الاستراتيجية للسلام والتعامل المستقبلي مع العدو وباخذ في الاعتبار عدم الوقوع في الثغرات التي سقط فيها السادات .. وهذا الاتفاق تحقق في مبادرة قمة فلس العربية وليس صعب التنفيذ اذا وفقت الإرادة العربية الواحدة ضد اشكال التسوية الاخرى مع العدو وفرضت نفسها على الساحة الدولية .. حينئذ يمكن ارغام كل القوى العالمية على احترام الشعوب العربية واراداتها ..

## بعد مرور عام على الاضراب :

## مؤتمر طاريء لمندوبي نقابة عمال المناجم في بريطانيا وسط تكهنات باعلان نهاية الاضراب

بريطانيا .. سبب الاضراب .. هي العقبة الاخيرة امام استئناف العمل في المناجم .. في نظم ، ويشير مؤيدو فكرة استئناف العمل الى ان هذا الاستئناف هو افضل من التزيف البطيء الذي يلاحظ اليوم . ويتريد في الدوائر الصناعية البريطانية ان التخلي عن الاضراب يعني بالنسبة لنقابة عمال المناجم بزعامة ارثر سكارجيل الاعتراف بهزيمة النقابة ولكن هذا الحل اذا ما تمت الموافقة عليه نهائياً سيسبب ازعاجاً كبيراً بالنسبة للسيدة مارجريت تاتشر . ولكن احد الاهداف المعلنة لرئيسة الوزراء منذ بداية النزاع هو اضعاف قيادة نقابة عمال المناجم بدرجة كافية لكي يتم في النهاية فرض خطة لاعادة التنظيم وضعتها مجلس ادارة هيئة الفحم . وهي خطة ضرورية من اجل الحد من خسائر المجلس .

وعندما يستأنف عمل المناجم العمل دون النجاح في اجبار مجلس ادارة هيئة الفحم على الموافقة على خطة المجلس انما يرجى عمل المناجم مرة اخرى اتخاذ قرار نهائي في هذا الصدد . ولا تزال لدى عمل المناجم القوة التفاوضية للمقاومة من منجم لنجم ضد رغبة المجلس في اغلاق نحو عشرين منجماً وفصل عشرين ألف عامل منجم وتحقيق الاستقرار في انتاج الفحم الذي انخفض قليلاً الى ادنى من المائة مليون طن سنوياً مقابل ١١٠ ملايين طن سنوياً منذ عدة سنوات .

وكان الاعلان عن هذه الخطة في ٦ مارس عام ١٩٨٤ هو الذي ادى الى تعبئة عمال المناجم .

واضاف سكارجيل الذي استعرض في هذا التصريح فزع المناجم ان يضل عمل المناجم بالإضافة الى يضل اسرهم قد اظهر للعمال والطبقة العاملة البريطانية انه عن طريق نضال مثل ما قمنا به من الممكن مقاومة محاولات الحكومة وارباب العمل للقضاء على الصناعة والوظائف وابادة بعض الطوائف .

وقد نشر هذا التصريح الذي جاء على هيئة بيان في اليوم الذي اجتمع فيه مؤتمر طاريء في لندن اسس الاحد يضم مندوبي نقابة عمال المناجم .

وقد علم ان اغلبية مندوبي عمال المناجم البريطانيين حصلوا على تفويض بالتصويت على التخلي عن الاضراب في بداية الاسبوع الذي يشهد مرور عام على حركة الاضراب . ويمثل المندوبون ١٥٩ ألف عامل منجم من بين عمال المناجم الـ ١٨٦ ألفا المنتشرين في مناطق المناجم الاثني عشر في بريطانيا وقرن عمل المناجم الـ ٢٧ ألفا في منطقة نوتينجها مشاير الذين لم يتوقفوا في الواقع ابدأ عن العمل عدم الاشتراك في مؤتمر لندن . ويعتزم عمال المناجم الذين لا يزالون مضربين عن العمل ويمثلون ٤٨٪ من مجموع عمل المناجم .. انتهاء حركة الاضراب بانفسهم حيث انهم يواجهون انخفاصاً مستمراً في عدد المضربين ورفض حكومة تاتشر ومجلس ادارة هيئة الفحم التخلي عن امكانية اغلاق مناجم تعتبر غير مجزية اقتصادياً .

ولكن المشكلة التي يثيرها مستقبل مئات من عمال المناجم الذين تم فصلهم عن العمل

لندن - ا ف ب :

صرح ارثر سكارجيل رئيس نقابة عمال المناجم في تصريح نشرته مجلة «ذي اوبزيرفر» في عددها الصادر امس الاحد ان اضراب عمال المناجم الذي استغرق علماً دل على نضال ومقاومة الطبقة العاملة في

ومن المتوقع ان تتم بعض الاصلاحات البسيطة في النقلة داخل المياه الدولية قبل ان تتلقى توجيهات من الشركة المالكة لها

وقد وصل الى دبي فجر امس الاول بطائرة هليكوبتر البحار البولندي سيمينيات وعمره ٥٠ عاماً الذي كان قد اصيب على ظهر البخرة بكسر في ساقه حيث اجريت له عملية جراحية عاجلة بمستشفى دبي ولا تزال حالته خطيرة بسبب اصابته بعرض بالقلب .

وقد ساعد حالته الليلة قبل الماضية ونقل الى غرفة العناية المركزة .

وذكرت مصادر ملاحية ان جميع بحارة السفينة قد بقوا على ظهرها منتظراً للخطوة التالية . والمعروف ان الناقلة مملوكة لشركة اثينيان تركزز ومقرها بروسي في اليونان ويبلغ عدد بحارتها ٢٤ بحاراً وحمولتها ١٨ ألف طن .

## دراسة المخزون الغذائي الاستراتيجي لدول مجلس التعاون

الدول ويشارك في الدراسة احد بيوت الخبرة الدولية بالتعاون مع عدد من الشركات المتخصصة . كما بدأت امس بمقر الامانة لمجلس التعاون اعمال اللجنة المختصة بالتصنيف البحري بالدول الاعضاء .. حيث يتم بحث توحيد الاسس والمواصفات الخاصة بتصنيف السفن لكي تكون بداية لاتشاء هيئة متخصصة لهذا الغرض .

الرياض - ق ن ١ : بدأ بمقر الامانة العامة لمجلس التعاون لدول الخليج العربية امس الاجتماع الثاني للجنة الفنية المختصة لتأدية اعداد دراسة المخزون الغذائي الاستراتيجي لدول المجلس .

وتناقش اللجنة خلال الاجتماع الذي يستمر يومين الدراسة المتعلقة بالمخزون الاستراتيجي من حيث تحديد موقعه وحجمه والاعتبارات الخاصة بالتكلفة والامن والتوزيع له .. واتشاء هيئة تتولى الاشراف على هذا المخزون وتضم ممثلين من الدول الاعضاء .

ومن المقرر ان ترفع اللجنة توصياتها بهذا الشأن الى اجتماع وزراء التجارة بدول المجلس المقرر عقده في الشهر القادم . وكانت الامانة العامة قد كلفت باعداد هذه الدراسة بقرار من وزراء التجارة وذلك باشراف الليك

## الخرطوم تستضيف مؤتمر الاستثمار الدولي لليونيديو

الخرطوم - واس : تبدأ اليوم الاثنين بالخرطوم اجتمعات مؤتمر الاستثمار الدولي الذي تنظمه هيئة التنمية الصناعية للامم المتحدة ، اليونيديو ، ويستمر لمدة اربعة ايام .

ويناقش المؤتمر الذي يشارك في اعماله وفود من خمس دول افريقية هي مصر والسودان والصومال وبيوتني واوغندا الى جانب وفود من اليمن الشمالي والجنوبي مسألة توزيع المشروعات الاستثمارية لعدد من الدول الافريقية .

كما يناقش المؤتمر التعريف بالسياسة الاستثمارية وخطط التنمية لهذه الدول وذلك من خلال مشروعاتهم عرضها امام المؤتمر وتشمل التصنيع الزراعي والصناعات وتصنيع اللحوم والاسماك والتدخين .

## ثلاثة الخطط الصورية الصابة ترسو قبالة دبي

دبي - واخ : ذكرت مصادر ملاحية في دبي بالامارات العربية المتحدة ان ناقلة النفط القبرصية التي اصيبت على مسافة ٨٠ كيلو متراً شمالي قطر ترسو حالياً على بعد عشرة ايامل من ميناء راشد

وقد وصل عدد من ممثلي الشركة المالكة للناقلة وانقلوا الى البخرة لمباينتها واتخذ قرار بشأن اصلاحها في الحوض الجاف بدبي او في مكان آخر . وقللت المصادر في تصريحات

وكانت الادارة الامريكية قد طلبت من الكونغرس مؤخراً اعتماد مساعدات عسكرية لمصر لعام ١٩٨٦ بـ ١٠٠ مليون دولار . وكان مسؤولون في الادارة الامريكية قد ذكروا ان مصر مدينة للولايات المتحدة الان بـ ٢٠٠ و ٢٥٠ مليون دولار كقوائد عن هذه الديون .

ومنحت الولايات المتحدة مصر منذ عام ١٩٧٨ حوالي اربعة بلايين دولار كمساعدات عسكرية لارد . وقريباً ترد بقيادة اقل قليلاً من النسبة المتداولة في السوق . وقال المشير ابو غزالة انه بحث أيضاً مع المسؤولين الامريكيين ترتيبات زيارة الرئيس المصري حسني مبارك لواشنطن المقررة في ١٢ مارس الجاري .

وقال المشير ابو غزالة الليلة قبل الماضية في ختام زيارة للولايات المتحدة استغرقت حوالي اسبوع ان محادثاته مع المسؤولين الامريكيين تناولت بصفة خاصة الوضع في الشرق الاوسط بالإضافة الى التعاون العسكري بين البلدين . وأشار الى انه طلب من الولايات المتحدة مساعدات عسكرية لبلاده بمقدار ٦٠٠ مليون دولار .

وقال المشير ابو غزالة الليلة قبل الماضية في ختام زيارة للولايات المتحدة استغرقت حوالي اسبوع ان محادثاته مع المسؤولين الامريكيين تناولت بصفة خاصة الوضع في الشرق الاوسط بالإضافة الى التعاون العسكري بين البلدين . وأشار الى انه طلب من الولايات المتحدة مساعدات عسكرية لبلاده بمقدار ٦٠٠ مليون دولار .



أطيب التهنأت إلى القلبية نقدرم بهالحي

صاحب السمو الملكي الأمير محمد بن فهد بن عبد العزيز أمير المنطقة الشرقية

على الثقة الملكية العالية .. كما نقدم الشكر الجزيل

لسمو الأمير عبد المحسن بن جلوي

على ما قدمه لهذه المنطقة طيلة عمله أميراً لها

بقيشان

عبدالله سعيد بقيشان وإخوانه بالدمام



من القلب نخصني  
صاحب السمو الملكي الأمير محمد بن فهد بن عبدالعزيز  
أمير المنطقة الشرقية

على الثقة الملكية العالية... كما نقدم الشكر الجزيل

لسمو الأمير عبد المحسن بن جلوي

على ما قدمه لهذه المنطقة طيلة عمله أميراً لها.



عبدالله و ابراهيم أبناء سلمان المطرود

أصحاب مؤسسات المطرود: مؤسسة المطرود للتصنيع الزراعي، المخازن الوطنية، مصنع الألبان الوطني، المفصلة الوطنية

المركز الرئيسي: سيهات تلفون ٨٥٦٠٨٥٣ افروع: الخبر - الأحساء - الرياض - جدة



من القلب نخصني

صاحب السمو الملكي الأمير محمد بن فهد بن عبدالعزيز

أمير المنطقة الشرقية

على الثقة الملكية العالية... كما نقدم الشكر الجزيل

لسمو الأمير عبد المحسن بن جلوي

على ما قدمه لهذه المنطقة طيلة عمله أميراً لها.



مجلات محمد بن محمد الدوسري

الدمام ص.ب.ه.س.ت. ٥٨ هاتف ٨٣٢٢٩٠٢



المواطنون والمسنولون يتواجهون في ندوة مفتوحة عن ..

# فحاليات اسبوع التسجيرة



● زايد السكبي



● د. يحيى مكي



● محمد ابراهيم خليل



● مكي الشيخ فيصل الشيخ

الياء والمجاري.. وعند الامر سيمثل بئر في شارع ما او حديقة ما، ينظر للبئر المجاورة والمسافة بينهما وامكانيات السقيا بواسطة الوايات.

ونأمل ان تكون هناك استجابة من قبل مصلحة المياه والمجاري لتزويد البلدية بالمياه من الابار الموجودة التي لا يمكن ان يتم الحفر بجوارها او بالمنطق المجاورة لها، وفي هذه الحالة تستطيع ان توصل العديد من شبكات المياه للشوارع وهذه سعيها فيها وبدانها بحوالي ستم كيلومترا سيتم تعديد شبكات المياه فيها اعتبارا من بداية اسبوع التسجيرة القادم، وأمنت المواد وسيتم التعديد ان شاء الله خلال اسبوع او اسبوعين، ونحاول بقدر الامكان ان يكون هناك تعاون مع وزارة الزراعة لتوفير مصادر المياه وكذلك مصلحة المياه والمجاري ويهدد استقلال السقيا عن طريق الوايات.

● لماذا لا تجري مسابقة لاختيار اكثر الخنازل اهتماما بالحديقة والتشجير؟

● اللجنة ناقشت هذا الاقتراح في احدى اجتماعاتها مؤخرا ونظرا لقصر المدة قد نجد صعوبة في اختيار هذا المنزل وسنطلب هذه الفكرة تولي هذه المهمة في اي يوم حتى خارج نطاق اسبوع التسجيرة بينما نحن (كسكة حديد) لا نستطيع ذلك الا في اسبوع التسجيرة.

● زيادة الاسعار قرار من مجلس الوزراء ويجب ان تنفذ جميع الجهات والغرض من هذا القرار هو الترشيح وبما ان موضوعنا في هذه الندوة عن (الحديقة) فيمكن ان نقول ان صاحب الحديقة باستطاعته تقليس كمية المياه التي يصرفها في حديقته اذا اتبع الطرق الحديثة. وتوجد أنظمة حديثة تساعدنا في توفير ٥٩٪ من مياه الصرف ولا شك اننا لو استعملنا هذه الانظمة سنستفيد فائدة كبرى ونحل كل مشكلة تواجهنا.

● زيادة الاسعار قرار من مجلس الوزراء ويجب ان تنفذ جميع الجهات والغرض من هذا القرار هو الترشيح وبما ان موضوعنا في هذه الندوة عن (الحديقة) فيمكن ان نقول ان صاحب الحديقة باستطاعته تقليس كمية المياه التي يصرفها في حديقته اذا اتبع الطرق الحديثة. وتوجد أنظمة حديثة تساعدنا في توفير ٥٩٪ من مياه الصرف ولا شك اننا لو استعملنا هذه الانظمة سنستفيد فائدة كبرى ونحل كل مشكلة تواجهنا.

● زيادة الاسعار قرار من مجلس الوزراء ويجب ان تنفذ جميع الجهات والغرض من هذا القرار هو الترشيح وبما ان موضوعنا في هذه الندوة عن (الحديقة) فيمكن ان نقول ان صاحب الحديقة باستطاعته تقليس كمية المياه التي يصرفها في حديقته اذا اتبع الطرق الحديثة. وتوجد أنظمة حديثة تساعدنا في توفير ٥٩٪ من مياه الصرف ولا شك اننا لو استعملنا هذه الانظمة سنستفيد فائدة كبرى ونحل كل مشكلة تواجهنا.

● زيادة الاسعار قرار من مجلس الوزراء ويجب ان تنفذ جميع الجهات والغرض من هذا القرار هو الترشيح وبما ان موضوعنا في هذه الندوة عن (الحديقة) فيمكن ان نقول ان صاحب الحديقة باستطاعته تقليس كمية المياه التي يصرفها في حديقته اذا اتبع الطرق الحديثة. وتوجد أنظمة حديثة تساعدنا في توفير ٥٩٪ من مياه الصرف ولا شك اننا لو استعملنا هذه الانظمة سنستفيد فائدة كبرى ونحل كل مشكلة تواجهنا.

● زيادة الاسعار قرار من مجلس الوزراء ويجب ان تنفذ جميع الجهات والغرض من هذا القرار هو الترشيح وبما ان موضوعنا في هذه الندوة عن (الحديقة) فيمكن ان نقول ان صاحب الحديقة باستطاعته تقليس كمية المياه التي يصرفها في حديقته اذا اتبع الطرق الحديثة. وتوجد أنظمة حديثة تساعدنا في توفير ٥٩٪ من مياه الصرف ولا شك اننا لو استعملنا هذه الانظمة سنستفيد فائدة كبرى ونحل كل مشكلة تواجهنا.

● زيادة الاسعار قرار من مجلس الوزراء ويجب ان تنفذ جميع الجهات والغرض من هذا القرار هو الترشيح وبما ان موضوعنا في هذه الندوة عن (الحديقة) فيمكن ان نقول ان صاحب الحديقة باستطاعته تقليس كمية المياه التي يصرفها في حديقته اذا اتبع الطرق الحديثة. وتوجد أنظمة حديثة تساعدنا في توفير ٥٩٪ من مياه الصرف ولا شك اننا لو استعملنا هذه الانظمة سنستفيد فائدة كبرى ونحل كل مشكلة تواجهنا.

● زيادة الاسعار قرار من مجلس الوزراء ويجب ان تنفذ جميع الجهات والغرض من هذا القرار هو الترشيح وبما ان موضوعنا في هذه الندوة عن (الحديقة) فيمكن ان نقول ان صاحب الحديقة باستطاعته تقليس كمية المياه التي يصرفها في حديقته اذا اتبع الطرق الحديثة. وتوجد أنظمة حديثة تساعدنا في توفير ٥٩٪ من مياه الصرف ولا شك اننا لو استعملنا هذه الانظمة سنستفيد فائدة كبرى ونحل كل مشكلة تواجهنا.

● زيادة الاسعار قرار من مجلس الوزراء ويجب ان تنفذ جميع الجهات والغرض من هذا القرار هو الترشيح وبما ان موضوعنا في هذه الندوة عن (الحديقة) فيمكن ان نقول ان صاحب الحديقة باستطاعته تقليس كمية المياه التي يصرفها في حديقته اذا اتبع الطرق الحديثة. وتوجد أنظمة حديثة تساعدنا في توفير ٥٩٪ من مياه الصرف ولا شك اننا لو استعملنا هذه الانظمة سنستفيد فائدة كبرى ونحل كل مشكلة تواجهنا.



● المسيرة الختامية لاسبوع

## مليون متر مربع اجالي مساحات المسطحات المزروعة

اتصل بنا الكثير من المواطنين بهذا الصدد ونحن مجتهدون لخدمة المواطن.

● هل يرى سعادتم ان زيادة اسعار المياه ستؤثر على الحدائق المنزلية والمزارع وقودي الى امهالها؟

● لا اعتقد ان زيادة اسعار المياه هي تلك الزيادة المرتفعة التي تعيق المواطن عن الاعتناء بحديقته.. ومعروف ان من لديه حديقة صغيرة لا يستهلك مياهها كثيرا.. اما من لديه حديقة كبيرة او مزارع فهم قادرون على دفع هذه الزيادة لانهم يقدرون ولا ان الزيادة (رمزية) ولا تؤثر تأثيرا كبيرا.

● زيادة الاسعار قرار من مجلس الوزراء ويجب ان تنفذ جميع الجهات والغرض من هذا القرار هو الترشيح وبما ان موضوعنا في هذه الندوة عن (الحديقة) فيمكن ان نقول ان صاحب الحديقة باستطاعته تقليس كمية المياه التي يصرفها في حديقته اذا اتبع الطرق الحديثة. وتوجد أنظمة حديثة تساعدنا في توفير ٥٩٪ من مياه الصرف ولا شك اننا لو استعملنا هذه الانظمة سنستفيد فائدة كبرى ونحل كل مشكلة تواجهنا.

● زيادة الاسعار قرار من مجلس الوزراء ويجب ان تنفذ جميع الجهات والغرض من هذا القرار هو الترشيح وبما ان موضوعنا في هذه الندوة عن (الحديقة) فيمكن ان نقول ان صاحب الحديقة باستطاعته تقليس كمية المياه التي يصرفها في حديقته اذا اتبع الطرق الحديثة. وتوجد أنظمة حديثة تساعدنا في توفير ٥٩٪ من مياه الصرف ولا شك اننا لو استعملنا هذه الانظمة سنستفيد فائدة كبرى ونحل كل مشكلة تواجهنا.

● زيادة الاسعار قرار من مجلس الوزراء ويجب ان تنفذ جميع الجهات والغرض من هذا القرار هو الترشيح وبما ان موضوعنا في هذه الندوة عن (الحديقة) فيمكن ان نقول ان صاحب الحديقة باستطاعته تقليس كمية المياه التي يصرفها في حديقته اذا اتبع الطرق الحديثة. وتوجد أنظمة حديثة تساعدنا في توفير ٥٩٪ من مياه الصرف ولا شك اننا لو استعملنا هذه الانظمة سنستفيد فائدة كبرى ونحل كل مشكلة تواجهنا.

● زيادة الاسعار قرار من مجلس الوزراء ويجب ان تنفذ جميع الجهات والغرض من هذا القرار هو الترشيح وبما ان موضوعنا في هذه الندوة عن (الحديقة) فيمكن ان نقول ان صاحب الحديقة باستطاعته تقليس كمية المياه التي يصرفها في حديقته اذا اتبع الطرق الحديثة. وتوجد أنظمة حديثة تساعدنا في توفير ٥٩٪ من مياه الصرف ولا شك اننا لو استعملنا هذه الانظمة سنستفيد فائدة كبرى ونحل كل مشكلة تواجهنا.

● زيادة الاسعار قرار من مجلس الوزراء ويجب ان تنفذ جميع الجهات والغرض من هذا القرار هو الترشيح وبما ان موضوعنا في هذه الندوة عن (الحديقة) فيمكن ان نقول ان صاحب الحديقة باستطاعته تقليس كمية المياه التي يصرفها في حديقته اذا اتبع الطرق الحديثة. وتوجد أنظمة حديثة تساعدنا في توفير ٥٩٪ من مياه الصرف ولا شك اننا لو استعملنا هذه الانظمة سنستفيد فائدة كبرى ونحل كل مشكلة تواجهنا.

● زيادة الاسعار قرار من مجلس الوزراء ويجب ان تنفذ جميع الجهات والغرض من هذا القرار هو الترشيح وبما ان موضوعنا في هذه الندوة عن (الحديقة) فيمكن ان نقول ان صاحب الحديقة باستطاعته تقليس كمية المياه التي يصرفها في حديقته اذا اتبع الطرق الحديثة. وتوجد أنظمة حديثة تساعدنا في توفير ٥٩٪ من مياه الصرف ولا شك اننا لو استعملنا هذه الانظمة سنستفيد فائدة كبرى ونحل كل مشكلة تواجهنا.

فهناك نسبة معينة تؤمن من قبل البلدية ونسبة اخرى من قبل وزارة الزراعة.

اما العدد الكبير الذي يتراوح بين ٧٠٪ فيقوم بتأمينه القطاع الخاص بدوري اشكر كل من ساهم واوجه الدعوة لكل من لديه الرغبة في المساهمة مستقبلا.

● لماذا لا تضعون برامج شاملة لتوعية المواطنين - والطلاب بصفة خاصة - وتصبرهم بجديوى التشجير وفوائده، وذلك باعداد برامج مكثفة موجهة؟

● اللجنة وضعت كتيبات وملصقات واتصلت بالصحافة واجهزة الاعلام الاخرى.. ولكن يبدو ان فكرتكم شمولية اكثر وهي الدعوة لغرس الفكرة في نفوس الاهالي والطلاب واعتقد ان البرامج (مثل البرنامج التلفزيوني المعروف) برنامج موجه لهذا الهدف ويؤدي دوره بنجاح بتقديم فقرات جذابة يتقبلها الاطفال اذا فهو اقوى تأثيرا من مقال طويل او برنامج زمني يأخذ وقتا طويلا.

● لقد لوحظ في هذا الاسبوع - لأول مرة - ان تعليم البنين وتعليم

المحلى رؤساء تحرير المجلات، وما يتعلق بتغطية اسبوع التسجيرة هذا راجع لنشاط اللجنة الاعلامية الخاصة باسبوع التسجيرة، واخواننا الذين اختيروا لهذه اللجنة اكثرهم من الصحافيين او ممن لهم علاقة بالصحافة، ولهم تقديرنا على النجاح الاعلامي الذي حققوه.

● كيف تستفيد وزارة الزراعة من مياه الصرف؟

● بالنسبة لمنطقة الاحساء (وهذا خارج اختصاصي) هيئة من مشروع الري والصرف تدير هذه الامور، ولكن كما اعلم ان مشروع الري والصرف بالاحساء يستفيد من هذا التوزيع مرة اخرى.

● بالنسبة لمنطقة القطيف تجري فيها الدراسات الآن لحل هذه المشكلة.

● مع الاعتراف ان مشروع الري والصرف بالهفوف، مياهه قليلة الملوحة ويمكن اعادتها استعمالها مرة اخرى.

● ماذا فعلت البلدية للقضاء على الافلات الحشرية بالمنطقة؟

● فيما يتعلق بكافة الافات اقول ان البلدية لديها قسم للزراعة مزود بالامكانيات لمحاربة هذه الافات سواء بالشارع او الحديقة.. وقد

● بدل ان يقتصر التشجير على جهات محددة، لماذا لا تعطى مساحات للمؤسسات الحكومية والمؤسسات الخاصة، مساحات اراضي تتناسب مع كفاءات المؤسسة وامكانياتها المادية لتقوم تلك المؤسسات بتشجيرها تحت اشراف البلديات ووزارة الزراعة؟

● اعتقد ان الاقتراح وجيه دون شك، واعتقد ان الاجهزة الحكومية مثل البلدية ووزارة الزراعة وتجميل المدن لا تستطيع ان تبذل جهودها دون تضامر المؤسسات الحكومية الاخرى والمؤسسات الخاصة. قد يصعب تنفيذ الفكرة ولكن تذليل العقبات واجب، والفكرة جيدة.

● اعتقد ان اسبوع التسجيرة في حد ذاته بادرة طيبة تؤيد الفكرة التي ذكرها الدكتور (مكي) لو اعطيت بعض المؤسسات الخاصة والحكومية مساحات من الاراضي تتناسب ومقدراتها المالية وكفاءتها مع الاستعانة بخبرات وزارة الزراعة ووزارة الشؤون البلدية والقروية والبلديات.

● الفكرة جيدة ولكن في البداية قد تواجهنا بعض الصعوبات منها ايجاد امكان خاصة وان كان هذا يخص جهات محددة، ولكن اذا تضامرت كل الجهود فالفكرة رائعة.

● وايضا مدير فرع وزارة الزراعة قائلا: الحقيقة ان وزارة الزراعة منذ مدة طويلة بدأت في تخصيص هذه الاماكن، وعلى سبيل المثال لدينا في جنوب المملكة الوزارات اقامت المتنزهات وشجرت مساحات كبيرة من الاراضي اذكر منها منطقة عسير حيث تم تشجير ٢٨٤١ دونما من اراضي الغابات في الياحة ٤٢٢٥ دونما وفي الطائف ٩٤٢ دونما.

● ايضا قامت الوزارة بتشجير جوانب الطرق كطريق الهفوف - سلوى بزراعة ما لا يقل عن ٢٠٠.٠٠٠ شتلة وايضا طريق الاحساء/العقير وكذلك طريق الرياض الخرج حيث قامت الوزارة بزراعة ٦٠.٠٠٠ شجرة من النخل وغيرها.. وكذلك مشروع زحف الرمال خير مثال زرع فيه مالا يقل عن سبعة ملايين شجرة لصد زحف الرمال ويحمد الله امكن صدها وهكذا فالوزارة بدأت في هذه الفكرة منذ مدة طويلة وساعية في تنفيذها.

● ولكن ماذا عن مشاركة القطاع الخاص؟

● القطاع الخاص لا اعتقد ضرورة، لان الوزارات بإمكانها ان تقوم بهذه الاعمال.

● البلدية:

● مشاركة القطاع الخاص امر ضروري وهذه الفكرة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

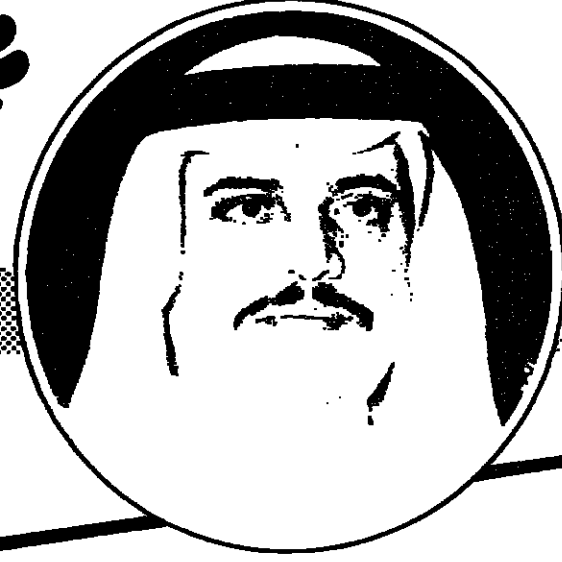
● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة

● المشاركة



نهنئ من الأعماق  
صاحب السمو الملكي الأمير

محمد بن فهد بن عبد العزيز

أمير المنطقة الشرقية  
على الثقة الملكية الغالية

ونشكر سمو الأمير عبد المحسن بن جلوي

على ما قدمه طيلة فترة عمله أميراً للمنطقة الشرقية  
سائلين الله عز وجل أن يوفق الجميع إلى ما يحبه ويرضاه



مؤسسات عبد العزيز وسعد المحمد المعجل التجارية والصناعية

الدمام تليفون: ٨٣٢١٢٥٤ - ٨٣٢١٢٥٦ برقية: المعجل





أطيب التهانى القلبية نقدمها إلى

صاحب السمو الملكي الأمير محمد بن فهد بن عبد العزيز أمير المنطقة الشرقية

على الثقة الملكية الغالية ... كما نقدم الشكر الجزيل

لسمو الأمير عبد المحسن بن جلوى

على ما قدمه لهذه المنطقة طيلة عمله أميراً لها



شركة الأسمنت السعودية

تتقدم الشركة السعودية للصناعات الأساسية سابقاً وشركائنا الثابتة لها

بأحر التهانى القلبية إلى صاحب السمو الملكي الأمير محمد بن فهد بن عبد العزيز بمناسبة تعيينه أميراً للمنطقة الشرقية

وبسألون على التقدير أن يوفقه ويسدد خطاه إلى ما فيه خير هذا الوطن في ظل حكومة

وولي عهده الأمين صاحب السمو الملكي الأمير

عبد الله بن عبد العزيز

النائب الأول لرئيس مجلس الوزراء ورئيس الحرس الوطني

حضرة صاحب الجلالة الملك  
فهد بن عبد العزيز المفدى

متمنين لسمو الأمير عبد المحسن بن جلوى وافر الصحة والعافية



صرح الصناعة الوطنية سابك

الشركة السعودية للصناعات الأساسية



**سانيو SANYO**

# أكبر من "الحجم الكبير"



**SR 2100W**  
**DOUBLE DECKER**  
21.0 cu.ft. 590ℓ

**SR 2400F**  
**SUPER JUMBO**  
24.0 cu.ft. 679ℓ

**SR 2000F**  
**JUMBO 20**  
20.0 cu.ft. 565ℓ

## نقدم أكبر شلاجة في العالم

إنها الشلاجة الأكبر، ستبهرون جدًا بحجمها، ولكن سانيو سوبر جيمبو ستحفظ الخبر اليومي لكل العائلة وحتى لكل الجيران، وستحفظ لكم الأطعمة طازجة مع توفير مساحة كبيرة لاستيعاب المزيد. إن الشلاجة SR 2400F سوبر جيمبو هي فعلاً الأكبر بحجم التخزين بالنسبة للثلاجات ذات الجودة العالية، وستوفر لكم أكبر حجم تخزين وأقصى فعالية في التبريد، كما أن محرك سانيو - المضغط الدوار يزيل بالكامل عملية تراكب الجليد ويؤمن عملية تبريد قصوى ومنظمة. إنها ضمان لأفضل نتيجة في فصل التبريد. أما الرفوف العملية والمساحات داخل الأبواب فإنها تسهل عملية تنظيم مكان الأطعمة لتكون بمثابة اليد، أضف إلى ذلك الفريزر المجهز بالكامل والمضاء داخلياً وإمكانية الاختيار من بين أربعة ألوان جذابة - اللوزي، الأصفر، الأبيض أو الأخضر. تخلصوا من عناء التوجه في آخر لحظة إلى الأسواق، وتغنموا بالراحة التي توفرها سوبر جيمبو، الشلاجة قياس سوبر التي طمنا تمنيتها لها للاحتفاظ بأطعمة تكفي أي عائلة. أعطوا مطبخكم أفقاً جديدة ... الشلاجة التي لا تتوقف عن العطاء.



SR 2400F

الشركة الأساسية للإلكترونيات المحدودة  
مركز دبي، دبي، الإمارات العربية المتحدة، هاتف: ٥٥٥٥٥٥٥٥ - فاكس: ٥٥٥٥٥٥٥٥  
البريد الإلكتروني: info@sanyo.ae - البريد: ٥٥٥٥٥٥٥٥

**الاساسية AS**



## النظارات .. أعراض ضغط الدم وقضايا أخرى

□ الرضاعة من الأم تقلل الأمراض والوفيات  
□ الرضاعة تقلل الإصابة بتصلب الشرايين وأمراض القلب في الكبر

١٢١

استشاري أمراض الاطفال  
مستشفى القوات المسلحة  
بقلم : حافظ شاذي

[illegible]

- \* الحاجة لتعلم الوسائل الوقائية
- \* نسبة عالية لاصابات الملاعب ..
- \* الحاجة لمراكز متخصصة للاصابات الرياضية

## أسباب قصر القامة

**\* أسباب شائعة وأخرى نادرة**  
**أمراض الطفولة وتسببها في قصر القامة**

فصل اللغة مسيات عديدة .. واصل  
هذه الأسباب شيوعاً هو قصر  
الخطاى بمعنى أن يكون هناك  
أكثر من اللغة بين اللغة والقلم ،  
وهذا التعريف على مثل هذه  
الأسباب يأخذ تاريخ اللغة ..  
وملاحظة وجود أفراد آخرين قصر  
اللغة في القلم نفساً .. ويعبر  
عن هذا القصر عن اللغة عن الأشخاص  
بأنهم تماماً من النواحي الأخرى  
بأنهم من الناحية الجسمانية أو النفسية  
المعينة .. وهنا يعتبر هذا القصر  
بمعناه داعي إلى تدخل علاجى ..  
ومن الأسباب القصر اللغوى أيضاً  
المسبات التالية وإن كان بعضها  
في الحدود والبعض الآخر خارجها  
بأنه من البهيمى العقلى بسبب  
الفاش في تصميده .. قد تكون وراثية  
قد تكون مكتسبة ..  
فمن القصة التخيلية التي تقوم  
أفراد عدد من الشعوب بعضها يتحكم  
من اللغوى والهوون ذلك يكون لأسباب  
متفاوتة .. ويمكن علاج هذه  
حالات عن طريق إعطاء العقاقير

فقدت القدرة العقلية في سنوات العمر الأولى . ويحصل مرض القلفة في هذه الحالات أعراض مرضية أخرى كتعكس الشعور الذهني وجفاف الجلد ، والشعر المتفكك وغير ذلك . ويتم علاج مثل هذه الحالات ميكرا بواسطة عقلي . وموضة وقد نثرت هذه الصفحة في مجلة مجلة حول هذا الموضوع . حدوث أمراض مختلفة في أجهزة الجسم المختلفة في سنوات العمر الأولى أمراض القلب أو الكلى أو الكبد ، أو أمراض الدورة الدموية ، أو أمراض الجهاز التنفسي المختلفة وكذلك أمراض الجهاز العصبي والأمساك .. وكل هذه الحالات يمكن التشخيص العلاجي فاشلتها .

• كما نود ان نلفت الانتباه الى ان قصر القامة ونسبة النمو يوجد ان يعود الى عوامل وافية عائلية بالانفال الذين يعانون من ظروف تشعبية او عائلية بحيث يعكس ذلك على نموهم بطريقة سلبية.

لا بد يحدث بطء في النمو والنضج يظهر على شكل بدانة ووجه مصفر وتضخم الكبد وتضخم الطحال وتضخم الغدة الكظرية مع عدم الإضغاط التكافؤية على حجم الأعضاء التكافؤية مع عدم تضخم البلوغ لديهم إلا أن سرعان ما يعودون إلى الحالة الطبيعية ولكن لا بد من عرض المشكلة للطبيب.

بعض الأمراض الأخرى في الجذع الهيموفيلومي يمكن أن تؤدي إلى تضخم الكبد والكلى وخاصة عندما تحدث في سن مبكرة. كما أن هناك بعض الاستخدامات التي يؤدي استخدامها لتضخم الكلى في أعالة الطول في أثناء المراهقة أو في وقت لاحق من الحياة وخاصة إذا دخلت خلال هذه الاطوية تحتوي على الهرمونات

فقدت القدرة العقلية في سنوات العمر الأولى . ويحصل مرض القلفة في هذه الحالات أعراض مرضية أخرى تتكلس فيها الغضنفي ويحالف الجلد ، والشعر والعضلات وغير ذلك . ويتم علاج مثل هذه الحالات ميكرا بواسطة عقاقير موضعية وقد نثرت هذه الصفحة في مجلة طب حول هذا الموضوع . حدوث أمراض مختلفة في أجهزة الجسم المختلفة في سنوات العمر الأولى أمراض القلب أو الكلى أو الكبد ، أو أمراض الدورة الدموية ، أو أمراض الجهاز التنفسي المختلفة وكذلك أمراض الجهاز العصبي والأمساك .. وكل هذه الحالات يمكن التشخيص العلاجي فيها .



والركبتين .  
وقد شملت هذه الاصابات  
عموما .. الكسور وتشقق  
العضلات وتمزقها .  
واصابات الغضاريف الى  
جانب الجروح والخدوش  
والرضوض والكدمات  
النافقة للشد

وقد تم تقسيم المرضى الى مجموعات حسب الاعمل .  
\* المجموعة الاولى :

تحت سن الخامسة عشرة ، حيث وجد انهم لم يجدوا التوجيهات

والارشادات اللازمة وكل  
بعضهم يعاني من اصابات  
شديدة ومتكررة الا ان  
شفاءهم كلن سريعا .  
\* المجموعة الثانية :  
بين سن ١٦ - ٣٠ علما ..

**إعداد : د. سادات علي  
طبيب جراحة العظام**

بالمملكة .  
\* في خلال عام ١٩٨٣م  
راجع عيادة الطوارئ  
بالمستشفى ١٠,١٢٢ مريضاً  
عاني ٨٤٦ مريضاً أي ٨,٣٦٪  
منهم من اصابت رياضيه ..  
والجدير بالذكر ان هذه  
النسبة في المراكز الطبية

الآخري في العالم تتراوح بين ٤ - ٧٪ .  
 \* كما كان متوقعا فقد كانت الغالبية العظمى من هؤلاء المصابين ٦٣٪ تقل اعمارهم عن العشرين عاما .  
 \* تسببت كره القدم في النسبة العظمى من هذه

الاصابات حيث بلغت نسبة من اصاب منهم بسببها ٧٦٪ .  
\* كل ٥٧٪ من المصابين تقع اصاباتهم في الاطراف السفلى ( الساق والقدم ) ، وبالمئات في منطقة ما حول

• كما نود ان نلفت الانتباه الى ان قصر القامة واعاقة النمو يمكن ان يعود الى عوامل نفسية عاطفية بالاطفال الذين يعانون من ظروف نفسية او عاطفية بحيث ينعكس ذلك على نموم بطريقة سليمة .

بقي بعد ذلك كله أن يؤكد أن عقدا من المسببات الأنفة هي حالات نافرة الحدوث وفي كثير من الأحيان يكون القصر أمراً طبيعياً والطبيب المختص هو الذي يمكن أن يقرر ذلك وأن لم يكن الحال كذلك فيستقر السبب أن وجد .. ومن ثم تتخذ حياله الوسائل العلاجية المناسبة



قد يحدث بطء في النمو والنضو يظهر على شكل بدانة وقصر وصعوبة تنسبي في حجم الاعضاء التناسلية عند البلوغ ويتأخر البلوغ لديهم الا ان سرعان ما يعودون الى الحالة الطبيعية ولكن لا بد من عرض المشكلة للطبيب.

بعض الأمراض الأخرى في الج  
الهرموني يمكن أن تؤدي إلى نقص الن  
والقصر وخاصة عندما تحدث في  
العمر الأولي. كما أن هناك بعض  
الادوية التي يؤدي استخدامها لفترة  
طويلة أثناء الطفولة إلى إعاقة الن  
وبالتالي قصر القامة وخاصة إذا كان  
هذه الأدوية تحتوي على الهرمونات

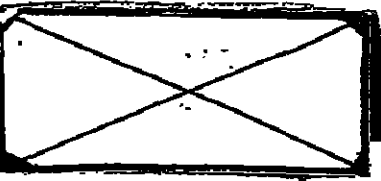
لنفس القامة مسببات عديدة .. ولعل  
 من هذه الأسباب شيوعاً هو قصر  
 القامة الخلقي بمعنى أن يكون هناك  
 أو كثير من من الخلايا أنسار القامة ،  
 ذلك وقصر أنسار القامة بين الأبناء  
 وجددها . ويوجد التعرف على مثل هذه  
 الحالات بأخذ تاريخ العائلة ..  
 وللملاحظة وجود أفراد آخرين أصغر  
 من القامة أو القامة نفسها .. ويصرف  
 نظر عن القصر فإن هذا الشخص يكون  
 يميلاً تماماً من النواحي الأخرى  
 ، أي من الخلية الجسمانية أو النفسية  
 القليلة .. وهنا يعتبر هذا عنصر  
 ميعاً ولا داعي لأي تدخل علاجي  
 ومن المسببات لنقص القامة أيضاً  
 نقص المسببات الخلقي وأن كان بعضها  
 من الجدود ، البعض الآخر خلقي ، هذا

علاقة نمو الهيكل العظمي بسبب  
واضح قد تصيبه .. قد تكون وراثية  
قد تكون مكتسبة .  
قصور الغدة النخامية التي تقوم  
بإفراز عدد من الهرمونات بعضها يتحكم  
نمو الطفل و حدوث ذلك يكون لأسباب  
متعددة ، ويمكن علاج بعض هذه  
الحالات عن طريق إعطاء العقاقير .

قصور الغدة الدرقية في سنوات العمر  
تأتي .. ويصاحب قصر القامة في هذه  
حالات أعراض مرضية أخرى كتقصص  
نمو الذهن وجفاف الجلد .. والشعر  
الخمول وغير ذلك .. ويتم علاج مثل  
هذه الحالات مبكراً بإعطاء عقاقير  
معووضة وقد نشرت هذه الصفحة في  
الطبيقي مقلدة حول هذا الموضوع .

حدوث امراض مختلفة في أجهزة  
جميع المختلفة في سنوات العمر الاولى  
امراض القلب او الكلى او الكبد . او  
امراض الدورة الدموية ، او امراض  
جهاز التنفس المختلفة وكذلك امراض  
جهاز الهضمي والاسهال .. وكل هذه  
الحالات يمكن التدخل العلاجي  
شفائها .

\* المجموعة الثالثة :  
 بين سن ٣٠ - ٤٠ عاما ..  
 هم غالبا ما كانوا يمارسون  
 الرياضة بقصد المحافظة على  
 اللياقة .  
 \* المجموعة الرابعة :  
 ممن تجاوزوا الاربعين ..  
 وقد كان عددهم قليلا وهم  
 يمارسون الرياضة من أجل  
 لئان والاستفادة صحيا ولم



**القطارات التي تغادر الدمام الرياض**

**القطارات التي تغادر الرياض الدمام**

## الرحلات القادمة

## الرحلات المغادرة

[illegible]

● الدِّمَاْم صيدلية السلامة شارع المزارع هاتف ٨٤٢٤١٠٠

- التمام صيدلية السلامة شارع المزارع هاتف ٨٤٢٤١٠٠
- الدمام صيدلية ما شر شارع العبداء هاتف ٨٤٦١٥٢
- الدمام صيدلية الحياة شارع العبداء هاتف ٨٣٣-٨٨١
- الخبر صيدلية المنصور شارع الأمير بندر هاتف ٨٦٥٥٢٤٨
- الخبر صيدلية الحودود شارع الأمير طلال هاتف ٥٨٦٤٩٨٨
- الأحساء صيدلية الحكمة شارع الهولوف هاتف ٥٨٦٤٩٧٧
- الأحساء صيدلية التبعيد مدينة البوخر هاتف ٥٨٢-٢٢٢
- الجبيل صيدلية الخنثيني شارع الملك خالد ٣٦١-٩٩٢
- الخبر - صيدلية سيفت شارع الشيخ محمد ٥٥٥٢٢٠
- الخبر - صيدلية سيفت شارع البحر هاتف ٣٤١٢
- الدمام - صيدلية الحكمة قرب مستشفى المياه ٣٦٩٩٧
- الخبر البجلي - صيدلية امر زيد هاتف ١٣٦٩٦١
- صيف - صيدلية الأمير سعود حدة هاتف ٦١٤ ٦٢
- رحمة - صيدلية المياه شارع رقم ٤ هاتف ٣٦١ ٢٩٢
- صويف - صيدلية الصماناسام - المرفأ ٢١x - ٢١٤
- صيف - صيدلية الصماناسام - المرفأ ٢١x - ٢١٤
- الجبيل - صيدلية السيفي قرب مستشفى التوازي
- صيف - صيدلية سيهات شارع الواسع صيدلية هاتف ٢١٤
- الهوي - صيدلية الصماناسام شارع الملك خالد هاتف ٢١٤٢٢٢
- الخبر - صيدلية الفراء شارع الكلية المتوسطة هاتف ٢١٤١٩٢

اخترنا لك

كتب - علي الخواهر :  
شجرة الخيل من الأشجار  
المباركة وتسمى « سيدة  
أشجار العرب »  
وتستحق هذه التسمية  
لنفوائدها الجمة التي لا تعد  
ولا تحصى فربما كما قال عنه  
أولئك الشراء أحمد بن يوفي :  
طعام الفقير وحلوى الغني  
وزاد المسافر والمختر  
وجذها وسعها وجريدها  
يستفاد منه في الزراعة  
والبناء وبناء العيش  
والأخواك والطهي والتدئة  
والبحال يستفاد منها في عمل  
الحبال وتصنع من جريدها  
المنخل الأقفاص ومن خوصها  
المراوح اليدوية والزناجيل  
والسفر وغيرها

كما أنها تازم الإنسان  
بجذو الموت فالقبر يسقف  
بعض الأحياء ويغطي في  
الأحيان بالبحر التي تصنع  
منها .

○ النخلة والامتنان :

■ ذكرنا د وغيره من  
الغزوات والاستخدامات من  
الماء هذه الشجرة المباركة كان  
منها التزاما علينا أن نأخذ بها  
فانصتوا :  
■ يستأنس النخيل وتكثر من  
باعتها في البيوت والشوارع  
المزارع ومختلف الأماكن  
الحدائق لها ومنفعة عن  
التعرض لها بالإمانة كالقطع  
أو تركها بدون سقي

اسبوع الشجرة الذي يقام سنويا على مستوى مناطق المملكة يجب ان يستغل في توسيع نطاق اشجار النخيل بصورة خاصة وذلك بالاكتثار من زراعتها في المناطق التي

تصلح من حيث القرية والعوامل الجوية الأخرى وكذا التي تتوفر فيها المياه حتى تتواجد هذه الشجرة في كل مكان من بلدنا العزيزة وتقف سلخلة تبرز الاهتمام وتعكس الرعاية المستمرة للثروة الزراعية التي تلاقي من الحكومة كل دعم وتشجيع

والدولة - ايدها الله -  
 الفضل فيما اصدقته من  
 توجيهاً بعدم قطع اشجار  
 التحصيل وتحولل اشكتها  
 لمشتات ورش وظاهر اهتمام  
 الدولة جلبا في صرف اى  
 الريالات كاعانات لأصحاب  
 القسائل والتصور وقطاع  
 المزارعين الذين يسلمون  
 بخدماتهم الجلبية في تنمية  
 المصادر الحيوية  
 والاقتصادية وانعاش الفخ  
 القروي والجماعي للمواطنين  
 وصولا بعون الله تعالى الى  
 الاكتفاء الذاتي ..  
 O النضلة  
 الشجرة :  
 وسبوع

## الكلمة الضائعة

ق	ل	ح	ا	ن	ع	د	ي
خ	ن	ر	ي	ث	ل	ا	ل
ط	ب	ا	و	ا	ط	خ	ا
ك	د	ن	ل	ا	ل	ن	ل
ع	ي	ا	س	ل	ل	ي	ع
ة	ا	ق	ل	ث	ف	ب	ا
ب	ا	د	ي	ب	ق	ا	ل
ي	د	ر	ا	ا	ي	ر	ر
غ	ح	و	ا	ل	ب	و	ق
ي	ا	ر	ت	ي	ع	ا	ن

اشعر الشعراء الفلاسفة والمفكرين المسلمين في القرون العشرية .  
 بكستاني له دواوين عديدة :  
 حرسا - على - تقديم - افسل - غير - اليوم - الفلاسف -  
 يدعنا - خطي - الكثير - السبببات - لكن - لا بد - هناك -  
 لخطاء - صغيرة - على - اعداد - تؤذي .  
 حل الكلمة الضائعة .  
 كجديدا

صاحبها من صادرات العرب في الجاهلية أسلم ووجد بعد  
عام الفتح . عدد النبي من المؤمنين طوبى له . أن يفتي  
خراسان كان حكما في الجاهلية يكون اسمه من ١٦ حرفا  
إذا جمعت : ١ + ٢ + ٣ + ٤ + ٥ + ٦ + ٧ + ٨ + ٩ + ١٠ + ١١ + ١٢ + ١٣ + ١٤ + ١٥ + ١٦ + ١٧ + ١٨ + ١٩ + ٢٠ + ٢١ + ٢٢ + ٢٣ + ٢٤ + ٢٥ + ٢٦ + ٢٧ + ٢٨ + ٢٩ + ٣٠ + ٣١ + ٣٢ + ٣٣ + ٣٤ + ٣٥ + ٣٦ + ٣٧ + ٣٨ + ٣٩ + ٤٠ + ٤١ + ٤٢ + ٤٣ + ٤٤ + ٤٥ + ٤٦ + ٤٧ + ٤٨ + ٤٩ + ٥٠ + ٥١ + ٥٢ + ٥٣ + ٥٤ + ٥٥ + ٥٦ + ٥٧ + ٥٨ + ٥٩ + ٦٠ + ٦١ + ٦٢ + ٦٣ + ٦٤ + ٦٥ + ٦٦ + ٦٧ + ٦٨ + ٦٩ + ٧٠ + ٧١ + ٧٢ + ٧٣ + ٧٤ + ٧٥ + ٧٦ + ٧٧ + ٧٨ + ٧٩ + ٨٠ + ٨١ + ٨٢ + ٨٣ + ٨٤ + ٨٥ + ٨٦ + ٨٧ + ٨٨ + ٨٩ + ٩٠ + ٩١ + ٩٢ + ٩٣ + ٩٤ + ٩٥ + ٩٦ + ٩٧ + ٩٨ + ٩٩ + ١٠٠ + ١٠١ + ١٠٢ + ١٠٣ + ١٠٤ + ١٠٥ + ١٠٦ + ١٠٧ + ١٠٨ + ١٠٩ + ١١٠ + ١١١ + ١١٢ + ١١٣ + ١١٤ + ١١٥ + ١١٦ + ١١٧ + ١١٨ + ١١٩ + ١٢٠ + ١٢١ + ١٢٢ + ١٢٣ + ١٢٤ + ١٢٥ + ١٢٦ + ١٢٧ + ١٢٨ + ١٢٩ + ١٣٠ + ١٣١ + ١٣٢ + ١٣٣ + ١٣٤ + ١٣٥ + ١٣٦ + ١٣٧ + ١٣٨ + ١٣٩ + ١٤٠ + ١٤١ + ١٤٢ + ١٤٣ + ١٤٤ + ١٤٥ + ١٤٦ + ١٤٧ + ١٤٨ + ١٤٩ + ١٥٠ + ١٥١ + ١٥٢ + ١٥٣ + ١٥٤ + ١٥٥ + ١٥٦ + ١٥٧ + ١٥٨ + ١٥٩ + ١٦٠ + ١٦١ + ١٦٢ + ١٦٣ + ١٦٤ + ١٦٥ + ١٦٦ + ١٦٧ + ١٦٨ + ١٦٩ + ١٧٠ + ١٧١ + ١٧٢ + ١٧٣ + ١٧٤ + ١٧٥ + ١٧٦ + ١٧٧ + ١٧٨ + ١٧٩ + ١٨٠ + ١٨١ + ١٨٢ + ١٨٣ + ١٨٤ + ١٨٥ + ١٨٦ + ١٨٧ + ١٨٨ + ١٨٩ + ١٩٠ + ١٩١ + ١٩٢ + ١٩٣ + ١٩٤ + ١٩٥ + ١٩٦ + ١٩٧ + ١٩٨ + ١٩٩ + ٢٠٠ + ٢٠١ + ٢٠٢ + ٢٠٣ + ٢٠٤ + ٢٠٥ + ٢٠٦ + ٢٠٧ + ٢٠٨ + ٢٠٩ + ٢١٠ + ٢١١ + ٢١٢ + ٢١٣ + ٢١٤ + ٢١٥ + ٢١٦ + ٢١٧ + ٢١٨ + ٢١٩ + ٢٢٠ + ٢٢١ + ٢٢٢ + ٢٢٣ + ٢٢٤ + ٢٢٥ + ٢٢٦ + ٢٢٧ + ٢٢٨ + ٢٢٩ + ٢٣٠ + ٢٣١ + ٢٣٢ + ٢٣٣ + ٢٣٤ + ٢٣٥ + ٢٣٦ + ٢٣٧ + ٢٣٨ + ٢٣٩ + ٢٤٠ + ٢٤١ + ٢٤٢ + ٢٤٣ + ٢٤٤ + ٢٤٥ + ٢٤٦ + ٢٤٧ + ٢٤٨ + ٢٤٩ + ٢٥٠ + ٢٥١ + ٢٥٢ + ٢٥٣ + ٢٥٤ + ٢٥٥ + ٢٥٦ + ٢٥٧ + ٢٥٨ + ٢٥٩ + ٢٦٠ + ٢٦١ + ٢٦٢ + ٢٦٣ + ٢٦٤ + ٢٦٥ + ٢٦٦ + ٢٦٧ + ٢٦٨ + ٢٦٩ + ٢٧٠ + ٢٧١ + ٢٧٢ + ٢٧٣ + ٢٧٤ + ٢٧٥ + ٢٧٦ + ٢٧٧ + ٢٧٨ + ٢٧٩ + ٢٨٠ + ٢٨١ + ٢٨٢ + ٢٨٣ + ٢٨٤ + ٢٨٥ + ٢٨٦ + ٢٨٧ + ٢٨٨ + ٢٨٩ + ٢٩٠ + ٢٩١ + ٢٩٢ + ٢٩٣ + ٢٩٤ + ٢٩٥ + ٢٩٦ + ٢٩٧ + ٢٩٨ + ٢٩٩ + ٣٠٠ + ٣٠١ + ٣٠٢ + ٣٠٣ + ٣٠٤ + ٣٠٥ + ٣٠٦ + ٣٠٧ + ٣٠٨ + ٣٠٩ + ٣١٠ + ٣١١ + ٣١٢ + ٣١٣ + ٣١٤ + ٣١٥ + ٣١٦ + ٣١٧ + ٣١٨ + ٣١٩ + ٣٢٠ + ٣٢١ + ٣٢٢ + ٣٢٣ + ٣٢٤ + ٣٢٥ + ٣٢٦ + ٣٢٧ + ٣٢٨ + ٣٢٩ + ٣٣٠ + ٣٣١ + ٣٣٢ + ٣٣٣ + ٣٣٤ + ٣٣٥ + ٣٣٦ + ٣٣٧ + ٣٣٨ + ٣٣٩ + ٣٤٠ + ٣٤١ + ٣٤٢ + ٣٤٣ + ٣٤٤ + ٣٤٥ + ٣٤٦ + ٣٤٧ + ٣٤٨ + ٣٤٩ + ٣٥٠ + ٣٥١ + ٣٥٢ + ٣٥٣ + ٣٥٤ + ٣٥٥ + ٣٥٦ + ٣٥٧ + ٣٥٨ + ٣٥٩ + ٣٦٠ + ٣٦١ + ٣٦٢ + ٣٦٣ + ٣٦٤ + ٣٦٥ + ٣٦٦ + ٣٦٧ + ٣٦٨ + ٣٦٩ + ٣٧٠ + ٣٧١ + ٣٧٢ + ٣٧٣ + ٣٧٤ + ٣٧٥ + ٣٧٦ + ٣٧٧ + ٣٧٨ + ٣٧٩ + ٣٨٠ + ٣٨١ + ٣٨٢ + ٣٨٣ + ٣٨٤ + ٣٨٥ + ٣٨٦ + ٣٨٧ + ٣٨٨ + ٣٨٩ + ٣٩٠ + ٣٩١ + ٣٩٢ + ٣٩٣ + ٣٩٤ + ٣٩٥ + ٣٩٦ + ٣٩٧ + ٣٩٨ + ٣٩٩ + ٤٠٠ + ٤٠١ + ٤٠٢ + ٤٠٣ + ٤٠٤ + ٤٠٥ + ٤٠٦ + ٤٠٧ + ٤٠٨ + ٤٠٩ + ٤١٠ + ٤١١ + ٤١٢ + ٤١٣ + ٤١٤ + ٤١٥ + ٤١٦ + ٤١٧ + ٤١٨ + ٤١٩ + ٤٢٠ + ٤٢١ + ٤٢٢ + ٤٢٣ + ٤٢٤ + ٤٢٥ + ٤٢٦ + ٤٢٧ + ٤٢٨ + ٤٢٩ + ٤٣٠ + ٤٣١ + ٤٣٢ + ٤٣٣ + ٤٣٤ + ٤٣٥ + ٤٣٦ + ٤٣٧ + ٤٣٨ + ٤٣٩ + ٤٤٠ + ٤٤١ + ٤٤٢ + ٤٤٣ + ٤٤٤ + ٤٤٥ + ٤٤٦ + ٤٤٧ + ٤٤٨ + ٤٤٩ + ٤٥٠ + ٤٥١ + ٤٥٢ + ٤٥٣ + ٤٥٤ + ٤٥٥ + ٤٥٦ + ٤٥٧ + ٤٥٨ + ٤٥٩ + ٤٦٠ + ٤٦١ + ٤٦٢ + ٤٦٣ + ٤٦٤ + ٤٦٥ + ٤٦٦ + ٤٦٧ + ٤٦٨ + ٤٦٩ + ٤٧٠ + ٤٧١ + ٤٧٢ + ٤٧٣ + ٤٧٤ + ٤٧٥ + ٤٧٦ + ٤٧٧ + ٤٧٨ + ٤٧٩ + ٤٨٠ + ٤٨١ + ٤٨٢ + ٤٨٣ + ٤٨٤ + ٤٨٥ + ٤٨٦ + ٤٨٧ + ٤٨٨ + ٤٨٩ + ٤٩٠ + ٤٩١ + ٤٩٢ + ٤٩٣ + ٤٩٤ + ٤٩٥ + ٤٩٦ + ٤٩٧ + ٤٩٨ + ٤٩٩ + ٥٠٠ + ٥٠١ + ٥٠٢ + ٥٠٣ + ٥٠٤ + ٥٠٥ + ٥٠٦ + ٥٠٧ + ٥٠٨ + ٥٠٩ + ٥١٠ + ٥١١ + ٥١٢ + ٥١٣ + ٥١٤ + ٥١٥ + ٥١٦ + ٥١٧ + ٥١٨ + ٥١٩ + ٥٢٠ + ٥٢١ + ٥٢٢ + ٥٢٣ + ٥٢٤ + ٥٢٥ + ٥٢٦ + ٥٢٧ + ٥٢٨ + ٥٢٩ + ٥٣٠ + ٥٣١ +

منخفض « معكوسة » + من  
الطيور الجارحة ، حرف جر -  
رأسها :

١- جريدة يومية  
سعيدية و رئيس دولة  
خليجي  
٢- صوت الماء  
لازم للطعام معكوسة ٣-  
مناء على البحر المتوسط ،  
٤- أجود ، قبيح ، مفرد  
جر ٥- هربت ، مفرد  
أنهار ، ٦- ١/٤ اهل ، من  
الأنهار العربية - عمر  
معكوسة ٧- من  
الكواكب و يتخلف عن  
الفل ، غير ناضج احسان  
٨- بين احسان  
معكوسة ، ٩- اغنية لام  
كلثوم ، رفض معكوسة ،  
١٠- مثل عربي قدير .

١٠	٩	٨	٧	٦	٥	٤	٣	٢	١	
ع	٧	ر	م		ن	ي	ر	م	ت	١
	ن			ن	ي	ح	ا	و	ر	٢
ن	ا	ل	م		و	ر	و	ي	ف	٣
و	و	و	و			ر	و	ق	ي	٤
ا	ك	ن	ي	د	س			ط	ق	٥
د	ر	ا	ن	س		ن		ا	ب	٦
		ل	م		م	ت	و	ل	ج	٧
د	ا	ر	و	ن	ا	ل	ر	ض	د	٨
د	ر	ي	ل		ن	ا	ص	ر	ق	٩
د		ا	ل	ع	ل	م	ي	ن	١٠	

أفقيصا :

١ - فريق كرة قدم  
سعودي + عاشق  
« معكوسة » ، ٢ - من  
أعضاء الجسم  
« معكوسة » ، ٣ - مرضعة  
الرسول صلى الله عليه وسلم  
« معكوسة » ، ٢ - من افراد  
اسرتي « معكوسة » ،  
متشابهان ، ٤ - دروس  
« معكوسة » ، ٥ - المنيّة  
« معكوسة » ، ٥ - بحر  
« معكوسة » ،  
حرف  
استفهام ، كثير ، حرف  
موسيقي « معكوسة » ، ٦ -  
قرين « معكوسة » ، من  
الاقارب « معكوسة » ، ٧ -  
يجري في الجسم ، حطم ،  
حرف نصب « معكوسة » ،  
٨ - فصح « معكوسة » ،  
ثمن « معكوسة » ، ٩ -  
عزومة + عملة اسبوعية  
« معكوسة » ، من الاوان  
١٠ - نتحدث بصوت

## الأخطاء التسعة

● ● في الشكلين اللذين امامك توجد تسعة فروق واضحة .. هذه الفروق توضح قوة الملاحظة لديك، حاول اكتشافها في دقيقة ونصف. وإذا اكتشفتها في اقل من ذلك فأنت شديد الملاحظة.





## عكس لكتاب ليساعدنا على أن نحيا بصحة جيدة

## الغذاء .. صحته ودوائه!

القاهرة - مكتب اليوم : حسين حمودة :

كتاب صغير ، وبسيط ، وعلى صفحته وبساطته ، فانه يقدم معلومات شديدة الأهمية . الكتاب « الغذاء صحة ودواء » كتبه ووضع ، الدكتور يوسف رياض ، مستشار القلب والأمراض الباطنية بمعهد القلب بامبابيه .. ويقول في تقديمه للكتاب اننا « يجب ان نختار الطعام المناسب لكي نعيش بصحة جيدة ، ويصبح الغذاء مصدرا للصحة والنعمة والوقاية من الأمراض .. وان المعرفة السليمة بأسس التغذية الصحية واجبة على كل انسان » السليم والمريض على حد سواء .

● وهذا الكتاب ، الذي يقع في عشر فصول ، يتناول المعلومات الأساسية المرتبطة بالموضوعات التالية :

- الغذاء صحة ووقاية
- بعض ألوان الغذاء
- تكوين الوجبات الغذائية
- التغذية والوزن
- الجيد في العلاج الغذائي
- مرض السكر
- التغذية في امراض الجهاز الهضمي
- التغذية في امراض الشرايين والقلب
- التغذية والأملاح
- والحصول البولية
- التغذية في امراض الكلى
- الغذاء والحساسية ..

● \* الغذاء صحة ووقاية : تحت عنوان « الغذاء صحة ووقاية » يؤكد المؤلف على ان كثيرا من الأمراض يمكن تجنبها باتباع نظام غذائي ووقائي خاص ، ويخلص في هذا الاطار مراعاة الاستعداد

## في ليلة ما ..

هذه أسطر وكلمات وعبارات قد لا تكون مهمة الا لمن يفهم أساس الحياة .. ومن تتوكل كل كتب سواء كان شابا او شابة فانه تعالج مشكلة يعرف من الزواج ويضع وقته في السفر من ليلة الى أخرى وضياحه وقته فيما لا فائدة فيه وقت فراغه فيما لا نفع فيه ، بحيث انه يحس بان الزواج شيء من المستحيل عليه وذلك من تكاليف شاقة وباهظة مما يجعله يتردد بين رغبة وحبه لأمه وبين قرينه التي عاشوا يحملون بالبيت الذي يجمعهم تحت سقف واحد وتكون النتيجة لا هذا ولا ذاك وبهذا هاجرت وتزوج من التي لا تقهه ولا يفهمها وبهذا تكبدت تكاليف تغير الطابع ولكن ما باليد حيلة بنت قرينه جاء الشاب الذي يقع لوالدها المبلغ الذي يرضيه ويقنعه ويؤخره بنته على غير رضاه منها عليه وذلك طمعا في المال الذي سوف يأخذه .

ولا فكر في المسكين الذي طرده في يوم من الأيام دون اي سبب ولكن لعدم استطاعته لنفع المبلغ الذي يقنعه ويرضيه .

واكثر في ليلة « ما » سمعت حوارا يدور مع فتات سبعينيات وكان جواب احدها : ان يتعلمون الشباب والشابات على هذه الظاهرة واقساد مقولها ولكن ضد من ؟ ضد ألبتم الذين لا يفهمون لكالهم وما يكون مهم من هذه الدنيا سوى المال من اين يأتي بياي طريقة تكون لا بهم . لا يعرفون معنى الحب الشريف النزيه الذي يكون ابيض من اللبن واصفى من البدر واذا نطقت البنت بأي كلمة اقنعا درسنا ان تساه حتى تموت ويحرم عليها الزواج بعد ذلك الا من يختاره هو ويرضاه ولا يهجم شعور بنته التي ما يبها سوى الصبر .. واخيرا بعدما رسوا على القمر الساطع مستقبل حياتهم ولكن على الله تبارك الامور وابوها يفهمها بنته يعرف مستقبلها ومصيرها وهذا لا أقصده من لهم الصفات الحميدة والطابع الخيرة وتعاليم الشريعة الاسلامية ولكن بعض ؟ الذين يبيعون فلذات اكابهم ببعاء وليس زواجا لا يفكروا في مستقبل حياتهم وزواجهم ولا من سوف ياتون من اولادهم وكيف يتعايشوا مع نفس البيئة التي يعيشون فيها وانما هدفهم فقط لا يهمهم كرامة النفس ولا المبادئ الانسانية وكرامة بنته وزوجها .

● وخيرا أتمنى من الله ان يهدي هؤلاء الآله المحجرة قلوبهم الى الصواب وارجو من قراء هذا الكلام ان لا يقتنوا باتني افترى كذبا ولا ابغ ولكن لا أقول إلا الواقع كما ارجو ابداء الاقتراحات حول هذا الموضوع ..

حسين عيدان الغيفي

تأليف : د. يوسف رياض  
« الجزء الأول »

● الجري ولعب الكرة ، صعود السلالم بسرعة ، وسوف يحل الكاتب حساب السرعات الحرارية في الأغذية المختلفة فيما بعد ..

\* عناصر الغذاء الأساسية :

ويشير الى العناصر الأساسية للغذاء المتكامل ، فهي - اولاً - المواد الكربوهيدراتية او النشويات البشائط ، الحبوب ، المكرونة ، الخ ، وهي التي توفر للجسم الجزء الأكبر من الطاقة الحرارية اللازمة ..

وثانياً - المواد البروتينية او الزلايلات « وتوجد في اللحوم بأنواعها والبيض والجبن واللبن وكذلك البقول مثل الفول والعنبر والفاصوليا والحمص .. وثالثاً - المواد الدهنية ومنها دهنيات مشبعة « دهون حيوانية » وغير مشبعة « زيوت نباتية » ، والمشبعة اكثر ضرراً من غير المشبعة .. وهناك رابعاً - الأملاح المعدنية مثل الكالسيوم والحديد والمغنيسيوم والفوسفور واليود والكلور والكبريت ، وهي توجد في الأغذية الطبيعية ، ومعظم الخضروات والفواكه ، وهناك خامساً - الفيتامينات ، ولم يعرف أثرها في التغذية الا اواخر هذا القرن .. وتوجد في كثير من الأغذية الطازجة ، فعمليات التكرير والتعليب والحفظ والطهي للعقد تلتف جانبا كبيرا من هذه الفيتامينات . والشخص الذي يتناول غذاء متوازنا لا يحتاج ابداً لآية حبوب فيتامينات اضافية ..

● بعض صنف الأغذية : ومن - ألوان بعض الأغذية ، يتناول الكاتب : - الخبز : فيشير الى ان الخبز - عادة - لا يصنع من حبة القمح ، مثلا ، كاملة . وان استبعاد الخبث من دقيق القمح يستبعد قدرا من الفيتامينات الطبيعية ، فائنتها . ويقول ان الرغيف البلدي المصري العادي يزن ١٤٠ جم ويحتوي على ٨٥ جم مواد نشوية ، ١٤ جم مادة بروتينية ، ويولد طاقة حرارية بمقدار ٤٠٠ سعر حراري ..

● الخبز - عادة - لا يصنع من حبة القمح ، مثلا ، كاملة . وان استبعاد الخبث من دقيق القمح يستبعد قدرا من الفيتامينات الطبيعية ، فائنتها . ويقول ان الرغيف البلدي المصري العادي يزن ١٤٠ جم ويحتوي على ٨٥ جم مواد نشوية ، ١٤ جم مادة بروتينية ، ويولد طاقة حرارية بمقدار ٤٠٠ سعر حراري ..

● الخبز - عادة - لا يصنع من حبة القمح ، مثلا ، كاملة . وان استبعاد الخبث من دقيق القمح يستبعد قدرا من الفيتامينات الطبيعية ، فائنتها . ويقول ان الرغيف البلدي المصري العادي يزن ١٤٠ جم ويحتوي على ٨٥ جم مواد نشوية ، ١٤ جم مادة بروتينية ، ويولد طاقة حرارية بمقدار ٤٠٠ سعر حراري ..

● الخبز - عادة - لا يصنع من حبة القمح ، مثلا ، كاملة . وان استبعاد الخبث من دقيق القمح يستبعد قدرا من الفيتامينات الطبيعية ، فائنتها . ويقول ان الرغيف البلدي المصري العادي يزن ١٤٠ جم ويحتوي على ٨٥ جم مواد نشوية ، ١٤ جم مادة بروتينية ، ويولد طاقة حرارية بمقدار ٤٠٠ سعر حراري ..

● الخبز - عادة - لا يصنع من حبة القمح ، مثلا ، كاملة . وان استبعاد الخبث من دقيق القمح يستبعد قدرا من الفيتامينات الطبيعية ، فائنتها . ويقول ان الرغيف البلدي المصري العادي يزن ١٤٠ جم ويحتوي على ٨٥ جم مواد نشوية ، ١٤ جم مادة بروتينية ، ويولد طاقة حرارية بمقدار ٤٠٠ سعر حراري ..

الغذاء	الطعام	المحليات	الدهون	الفواكه
الخبز	الحليب	السكر	الزيت	الفواكه
الزيت	الحليب	السكر	الزيت	الفواكه
الزيت	الحليب	السكر	الزيت	الفواكه
الزيت	الحليب	السكر	الزيت	الفواكه
الزيت	الحليب	السكر	الزيت	الفواكه
الزيت	الحليب	السكر	الزيت	الفواكه
الزيت	الحليب	السكر	الزيت	الفواكه
الزيت	الحليب	السكر	الزيت	الفواكه
الزيت	الحليب	السكر	الزيت	الفواكه

النوع	دقيقه ساعة
الزيت المسلووق	١ -
الخبز الطازج	٢ -
الخبز « البات »	٣ -
البيض المسلووق	٤ -
بجاء مشوي	٥ -
ضأن مشوي	٦ -
أوز - بط	٧ -
سمك مشوي	٨ -
زبدة	٩ -
فول وكرب وجز	١٠ -
اللبن المخف	١١ -
البطاطس المسلوقة	١٢ -
القنطريون	١٣ -
البيض المطبوخ	١٤ -
بجاء محمر	١٥ -
لحم قليل	١٦ -
سمك مقلي	١٧ -
جبنه	١٨ -

● الطهي .. والقيمة الغذائية للطعام : يعمل الطهي على اظهار طعم ورائحة ونكهة الطعام ، مما يثير حاسة الذوق والشم ويهين العصارات الهاضمة ، كما ان حرارة الطهي تقتل بعض الجراثيم التي قد تتكون من الأطعمة ، مثل جرثومة السيل في اللبن والسودا الشريطية في اللحم .

● تكوين الوجبات الغذائية : يحتاج الانسان في غذائه الى أنواع توفر له الطاقة الحرارية اللازمة للنشاط والعمل ، ولإمداده بالعناصر الضرورية للنمو وتعويض النكاف من الخلايا ، وكذلك امداد الجسم بالفيتامينات والمعادن ..

● المجموعات الغذائية : وتتكون من النشويات والسكريات والحبوب والدهون . مجموعة البناء ، وتشمل البروتينات ، والفيتامينات ، والأملاح . مجموعة الألبان ومنتجاتها ، وهي غنية بالدهون والكالسيوم والبروتينات . مجموعة الوقاية ، وتشمل الخضروات والفواكه . وبالطبع ، فكمية الطعام اللازمة لشخص ما تتوقف على سنه ووزنه وطوله ونشاطه البني ، ولا ينبغي للانسان ان يأكل اكثر من حاجته ، ولكن لا ينبغي تناوله مع وجبات تحتوي على مادة بروتينية ..

● قابلية الطعام للهضم : ويلاحظ ان قدرة الأنسجة على تمثيل وهضم العناصر التي يشتمل عليها الغذاء تقل عندما تدخل الأصناف المتعددة من الطعام في الجهاز الهضمي دفعة واحدة ، والأغذية تختلف من قابليتها للهضم والتمثيل بالجسم ، ويضع المؤلف جنوا يعطي فكرة عن المدة اللازمة للهضم بعض الأغذية :

● أهم أسباب النحافة - غير المرضية - هو الاستعداد الوراثي ، وتقصير او سوء التغذية ، او نتيجة للاصابات ببعض الطفيليات المعوية التي تسبب ضعف وسوء امتصاص العناصر الغذائية ، وايضا اضطرابات الغدد الصماء التي تعمل على سرعة احتراق

● وبالدانة تؤثر على الصحة العامة في جميع مراحل العمر ، ولكنها تؤثر في الرجال اكثر من تأثيرها في النساء ، فهي تسبب في الإصابة بجلطة القلب تحت سن الأربعين بالنسبة للرجال وبأمراض القلب « تصلب الشرايين » خاصة « وضغط الدم بعد سن الأربعين . ويقول الكاتب انه عادة ما يعمر النحافة الى سن الثمانين والتسعين ، وانه بين كل عشرة اشخاص يوجد تسعة من النحفاء يصلون الى سن الستين ، بينما يصل الى هذه السن ستة فقط من البدينين .. وطبعاً ، فالأعمار بيد الله وحده !!

● وبالدانة تؤثر على الصحة العامة في جميع مراحل العمر ، ولكنها تؤثر في الرجال اكثر من تأثيرها في النساء ، فهي تسبب في الإصابة بجلطة القلب تحت سن الأربعين بالنسبة للرجال وبأمراض القلب « تصلب الشرايين » خاصة « وضغط الدم بعد سن الأربعين . ويقول الكاتب انه عادة ما يعمر النحافة الى سن الثمانين والتسعين ، وانه بين كل عشرة اشخاص يوجد تسعة من النحفاء يصلون الى سن الستين ، بينما يصل الى هذه السن ستة فقط من البدينين .. وطبعاً ، فالأعمار بيد الله وحده !!

## ١٠ نصائح لك .. سيدتي

في البداية أوجه لك اعتذاري الشديد يا .. سيدتي لانني لم اكتب النصائح جميعها وعلى الوجه المطلوب .. والان إليك النصائح العشرة ولكن عليك اتباعها بدقة .. وهنا لا تستشري الطبيب الاخصائي لانها نصائح طبيعية جدا ..

١ - عند التحدث مع غيرك من النساء تحثي عن أشياء مهمة وتقيد المرأة الصالحة .. وابتندي عن التحدث عن الغير من الجنس البشري ، وحاولي قدر استطاعتك ان تكون الفاظه خالية من الاقوال بمكانة البعض او رفع شأن آخرين بالامتداح الذي لا يستحقونه .

٢ - حاولي قدر استطاعتك ان تلتفتي للوراء فتطلعك للموضة الجديدة من ملابس فتيات ، أوروبا ، سوف يعي عينيك سيدتي عن أشياء كثيرة وتأكدي بان كل ما تراه من تلك الملابس والتي من اجلها تمنين وتمنن انها ليست لك انها السيدات اللواتي علا عقولهن الهوس والصدأ .

٣ - ليس كل ما يلعب ناعياً .. لماذا ترتدين الذهب على كل ناحية من جسدك وكأنك « محل صاغة » منتقل كل ما فيك يلعب واحب ان اؤكد لك وهذا فقط في تصويري ان الذهب عندما يملأ جسد المرأة اعتبر ان البريق مافوق المرأة وما تحت البريق مجرد « جسد » فقط لا بريق له !! وهنا اطالبك بالاعتزان ولو كان هناك عقول من الذهب لكان لك الاول شراؤها .

٤ - قالت الأخت هدى المجل ما يدور في خاطري عن مكياج المرأة .. ولي زيادة بسيطة وهي لماذا القناع الزائف ويتكرري منظر كل امرأة اخذت تلطخ وجهها بكل الألوان الصارخة .. صنفيني سيدتي .. بأنه لا فرق بينك وبين لاعب السيرك « المهرج » وعفوا لست انا بالقائلة بل منظره هو الدال عليك .. فهل تحبين هذا الاسم الجديد .

٥ - لك انت يامن لا يعجبها عجب ولا الصيام في رجب .. القناعة كنز لا يفنى وانت اين قناعتك كل شيء تربيتك والمشكلة انك دائما تتطلعين الى الجديد ان انتظري جديد كل يوم .. المهم تمهيي لا تجعلي زوجك مجرد مأمور ولك الرضا بالقصور عليه وشيء محب للنفس التي تتمتع بالقناعة .. فلا تطالبه بما يفوق ومقدرته فسيبتك يوماً ما صارخاً في وجهك « بما لا تحي سماعه » .

٦ - اذا كان ليلك خامة فلا تترددي على منزلك اولاً ، وظفك اولاً ، وزوجك اولاً وعلى اخيرا !! ولا تردي لذي خامة وتتهين الى اي مكان تربيت النعاب اليه ويتكرري ان الاجتماعات النسائية الموحدة .. المفجحة .. ان تفيدك بشيء سوى الاخبار عن فلانة وفلان فالاولى لك منزلك وظفك وزوجك ولا حتى الآن انت تصرين على « النسم الطبعي » .

٧ - « ترتدي » الحذاء « العالي » فهو حتماً سيسبب لك « قطع » اقصى الألم في قديمك وعصرك الفقري ويؤدي الى اصابات اخرى فالخلاء « الواطي » انسب لك وحذاء المرضة فقط في قديمك اعني انه ليس وساماً فخراً من البساطة ستلقينه على صدرك !!

٨ - للفتيات وبعض السيدات : لا ترتدي الملابس الضيقة من الأسفل من ناحية قدامك لا شيء ولكن لأن السير سوف يطول عليك وتصيب المسافة بينك وبين المكان الذي تريد النعاب اليه بعيداً وشاقاً .. ومنه لك النصيحة فكني « فتاة » واجعلي سيرك طبعياً ..

٩ - لا داعي لـ « ترتدي » الأجران تجعل طفلك مثلك ترتدي الاصول النعابية وبعض الحواتم الصغيرة والقادرة ايضا فهذا سوف يجعل طفلك وان تتمتع بالطفولة فخصي طفلك من النعاب وبهذا تمارس حياتها الطفولية ..

١٠ - اذا كان هناك حفل « زواج » وانت مدعوة - اتصلي بالهاتف فقط « وبعني » الزواج فهذه الطريقة المثلى لعدم حضورك ولا اعتبار ايضا « ولا داعي للنعاب لكل حفل زواج في المنية ارتاحي انت واولدكي غرك لم لك لا تعرفين المثل القائل « العرس للمعاري والجرى للمناعين » ، بالطبع تعرفينه لك لا تعرفين انك من قوم « المتأخسين » .

● \* القلب : ولكن كانت نصائحي .. ارجو ان تعتريني ان كانت هناك نصائح لم اكتمها ..

● \* القلب : ولكن كانت نصائحي .. ارجو ان تعتريني ان كانت هناك نصائح لم اكتمها ..

ويؤكد الكاتب انه للتخلص من السمعة يجب المعرفة بالمواد الغذائية وقيمتها ، وزيادة النشاط البدني ، واتباع نظام غذائي يساعد في تخفيض الوزن ولكن دون التأثير على الصحة العامة والنشاط ،

● \* الجديد في العلاج الغذائي لمرض السكر : يقول المؤلف ان الأغراض الرئيسية للتغذية في مرض السكر هي :

● \* الجديد في العلاج الغذائي لمرض السكر : يقول المؤلف ان الأغراض الرئيسية للتغذية في مرض السكر هي :

● \* الجديد في العلاج الغذائي لمرض السكر : يقول المؤلف ان الأغراض الرئيسية للتغذية في مرض السكر هي :







مع

صدور الثقة الملكية الكريمة بتعيين صاحب السمو الملكي

للهير محمد بن فهد بن عبد العزيز

أميراً للمنطقة الشرقية

فإننا نرف التهنية من الأعماق على هذه الثقة .....

كما نقدم لسمو الهير محمد بن فهد بن عبد العزيز الشكر الجزيل على ما قدمه لهذه المنطقة طيلة عمله أميراً لها



نادي الأتفاق الرياضي بالدمام

رئيس وأعضاء مجلس الإدارة ولاعبين ومشجعي النادي ..



مع صدور الثقة الملكية الكريمة بتعيين صاحب السمو الملكي

للهير محمد بن فهد بن عبد العزيز

أميراً للمنطقة الشرقية

فإننا نرف التهنية من الأعماق على هذه الثقة ..

كما نقدم الشكر الجزيل لسمو الهير محمد بن فهد بن عبد العزيز على ما قدمه لهذه المنطقة طيلة عمله أميراً لها ..

مؤسسة محمد المعجل التجارية

تليفون ٨٤٢٥٤٠٤ - ٨٤٢٣١٥٥ ص.ب ١١ الدمام



○ وتقدم ثلاثة كؤوس للفائزين الثلاثة  
الاوائل .  
وعشر ميداليات ذهبية للفائزين من  
الرابع وحتى الرابع عشر .

### الجوائز

○ قلب بحري قيمته ١٠٠ ألف ريال  
تقدم من مؤسسة الخريق .

○ سيارة فرانس لم قيمتها ٦٠ ألف  
ريال مقدمة من مؤسسة الخضري .

من سبب الخُجْم (ساعت قدره الله)  
ان يعانون شيئاً من الاعاقة ولكن يجري  
تأهيلهم لمعيشة المجتمع بطريقة سوية  
وصحيحة اولئك هم فئة الموهقين حيث  
تم تصميم بعض من السباقات  
والألعاب التي موجهة لل... بشرك فيما

٧ - حسين عبد العظيم - فناء  
الخيولبية .  
٨ - ولسون اي - لرامكو .  
٩ - احمد النيبانسي - فناء  
القدسسية .

ملزم اول سلطان المعشوق من مرور  
الدمام  
ملزم اول عبد الله الحارثي من مرور  
الخير  
رئيس رقباء سعد عبد الله القرني من  
مرور الخير.

وقد صلاخ هذا السباق السنة  
الدولية للشباب وسوف يقام هذا  
السباق سنويا في هذا الشهر من كل عام  
لسافة ٤٢١٩٥ مترا .

الفريق أحمد البيشي وحاجد الدوسري  
وهما يمثلان مركز النقل في وسط  
الفريق .

**\* للذكرى \***

مباراة الدور الأول انتهت بفوز  
الأول بخمسة أهداف مقابل لا شيء .

الاسعود وصنوه في لتخفيف منطقتهم  
اولا باول وفي خط الوسط بيرز عبد الله  
الرشود ويوسف عنبر وفيصل عتيق  
الله بمستوى جيد حيث يجيد الرشود  
الجانبي الهجومي في حين يمثل فيصل  
ويوسف مركزى ، السنتر ، في الوسط

○ وتقدم ثلاثة كؤوس للفائزين الثلاثة الأوائل .  
وعشر ميداليات ذهبية للفائزين من الرابع وحتى الرابع عشر .

**الجوائز**

○ **قارب بحري قيمته ١٠٠ ألف ريال**  
تقدم من مؤسسة الخريق .

○ **سيارة ترانس لم قيمتها ٦٠ ألف**  
ريال مقدمة من مؤسسة الخضري .

ان يعانوا شيئا من الاعاقة ولكن يجري تأهيلهم لمعيشة المجتمع بطريقة سوية وصحيحة اولئك هم فئة المعوقين حيث تم تصميم بعض من السبلات والالعاب التي تبصرت لكم. يشترك فيها

٧ - حسين عبد العظيم - فناء  
الخيولبية .  
٨ - ولسون اي - لرامكو .  
٩ - احمد النيبانسي - فناء  
القدسسية .

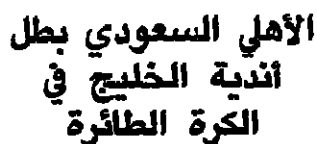
ملازم اول سلطان المشوق من مرور  
الدمام  
ملازم اول عبدالله الحارثي من مرور  
الخبر  
رئيس رقباء سعد عبد الله القرني من  
مرور الخبر .

وقد صلافاً هذا السباق السنوية  
الدولية للشباب وسوف يقام هذا  
السباق سنوياً في هذا الشهر من كل عام  
لمسافة ٤٢١٩٥ متراً .

الزوارح الرطوبي - الرياض ٢٠١٦م			
١) ٥١٤٠٠٠٠	٢) ٥١٤٠٠٠٠	٣) ٥١٤٠٠٠٠	٤) ٥١٤٠٠٠٠
٥) ٥١٤٠٠٠٠	٦) ٥١٤٠٠٠٠	٧) ٥١٤٠٠٠٠	٨) ٥١٤٠٠٠٠
٩) ٥١٤٠٠٠٠	١٠) ٥١٤٠٠٠٠	١١) ٥١٤٠٠٠٠	١٢) ٥١٤٠٠٠٠
١٣) ٥١٤٠٠٠٠	١٤) ٥١٤٠٠٠٠	١٥) ٥١٤٠٠٠٠	١٦) ٥١٤٠٠٠٠
١٧) ٥١٤٠٠٠٠	١٨) ٥١٤٠٠٠٠	١٩) ٥١٤٠٠٠٠	٢٠) ٥١٤٠٠٠٠

و بمناسبة افتتاح فروعنا الجديدة فاشنا  
ندعو المواطنين والمقيمين في مختلف  
هذه المدن التي تم افتتاح فروعنا فيها  
لزيارتها والاطلاع على أحدث المفروشات  
فيها ... ونحيط عملائنا الكرام أننا  
نقوم بنقل مفروشات العملاء مجاناً  
حتى مسافة ١٠ كيلومتر من مقر محلاتنا





■ **خلد سلمان، نائب رئيس إدارة**  
الاتفاق. ■

تلاوي الهلال والتي ستستمر ان شاء  
الله على هذا الحجم الكبير من التعاون  
التفاهم ..

خالد سلمان الدوسري نائب رئيس  
الاتفاق حاولنا كثيرا اخراجه عن صفته  
الذي طال خاصة وانها فرصة لنا في ان  
نعرض رايه عن الانجاز الاتفاقي الكبير  
والذي سنتعود عليه الجماهير الاتفاقية  
انما استمرت وتطالت هذه السبحة من  
النجوم الواعدة التي حملت الامة  
وانتها بلجمل الصور .

خالد سلمان ذكر له اليوم ، بأن  
الشعور بهذه المناسبة يعد شعورا  
مشتركا ولا أستطيع ان اعبر عنه بأي  
حال من الأحوال حيث ان التعبير عن  
المشاعر في المناسبات يكاد الا يكون  
بصورته الكاملة .. ولكن احب ان اقول  
ان الكأس جاء امتدادا لبطولات سابقة  
كن الاتفاق قد حققها وبطولات قادمة

استستمر ان شاء الله .  
اما عن الفوز الاتفاقي بهذا الكاس  
فيقول خالد انه جاء متوقعا واصلبة  
بصلاح ومروءة الشريحة كانت دافعا

الشباب بالرياض وانشاد  
سموه بتعلون الاندية وقال ان  
دل هذا على شيء فلنما يدل على  
ترابط الاسرة الرياضية في  
سبيل تحقيق المكاسب  
والبطولات الجديدة للكرة  
السعودية في ظل توجهات  
ورعلة جلالة الملك المعظم

وسمو ولي عهده الأمين وسمو  
النائب الثاني واختتم سمو  
الأمير فيصل تصريحه  
بتمنياته القلبية بالشفاء  
العاجل للاعب مفتخينا  
الوطني صالح خليفة والذي  
أصيب في إحدى مباريات  
فرقة الرسمية كما تقنى  
سموه لجميع اللاعبين  
المصابين بالشفاء العاجل

الاتحاد عدم مشاركة اللاعبين المختارين لاندنيهم بقية مباريات الدوري . وسيخوض منتخبنا خلال فترة معسكره عددا من المباريات التجريبية مع عدد من الفرق والمنشآت المعروفة .  
كما تقدم صاحب السمو

الملكي الأمير فيصل بن فهد  
رئيس الاتحاد السعودي  
والعربي بالشكر لكافة  
السpectators على التأييد الرياضي  
وبتسهيل مهمة اللاعبين  
المختارين واعطائهم الراحة  
الكافية للاحتفال بالمعسكر  
والذي يبدأ صباح يوم  
السبت ١٤٠٥/٦/١٨ هـ  
بموت

استبعاد  
الشمس  
والسويح  
والمطابق  
والمعجل  
وعاد  
ويوسف عنبر



الرياض - محمد العبدى :  
اعلان الاتحاد السعودي

٦ - حسين البيشي (الهلال)  
٧ - احمد النغفلاوي (الهلال)  
٨ - سمير عبدالشكور (أحد)  
٩ - ناصر المنصور (النهضة)  
١٠ - بندر سرور (الاهلي)  
١١ - فهد المنصبيح (الهلال)  
١٢ - خالد الغانم (الهلال)  
١٣ - يحيى عامر (الاهلي)  
١٤ - عبدالله الرشود (الاهلي)  
١٥ - بندر الجاراه (أحد)  
١٦ - يوسف خميس (النصر)  
١٧ - احمد البيشي (القاسمية)  
١٨ - فيصل البدين (الاتفاق)  
١٩ - عبدالحميد عمر (أحد)  
٢٠ - محسن الجمعان

بمناسبة فوز الاتفاق بكأس جلالة الملك المفدى :

ادارة النهضة تزور الاتفاقيين وتهنئهم  
بالفوز الكبير

تدعيماً لأوصال الحبة والفرحة التي عمت جميع الرياضيين بالنظرة الشرقية بمسئولية فوق ذاتي الاتحاد الرياضي جلالة الملك الحفيظ، قامت ادارة النادي النضوية برئاسة السيد حمد العلي النادي الندي مساء امس الاول بزيارة تفقدية لادارة مجلس الادارة الندي

■ **بطل الكأس في مواجهة الوحدة بين أرضها  
وجماهيرها**

بطل .  
كما ان هذا اللقاء يعتبر هاما  
للاتفاقين حيث ياملون الفوز به  
وبالتالي حصولهم على المركز الثالث بعد  
الهال والشباب .  
اما الوحدة فهو يلعب هذا اللقاء  
وهو قد اطمأن على بقائه في الدوري  
المتحت حيث تاكد هبوط اهل الجبلين .  
ولكن كما يامل الاتفاقيون الفوز  
فلقد اوحواين ياملون ايضا الفوز  
ويحصلون كسب بطل كاس الملك  
الهدى .

في كاس اليد :  
الحزم يخرج التعاون

بريدة - عبدالعزيز الدليلان :  
تسكن فريق الحزم بخبرته من  
أخراج فريق التعاون في كرة اليد  
من تصفيات كأس الاتحاد وفاز  
عليه بنتيجة ١٧/١٩ جاءت المباراة  
مكافئة رغم أن الحزم من أندية  
الممتاز بينما يلعب التعاون ضمن  
أندية الدرجة الثانية انتهت الشوط  
الأول للحزم بـ ٩/١٠ قاد المباراة  
إبراهيم البرين وعبد الرحمن المزل  
وكان التحكيم جيدا .

● عصر أمس وللمرة الثانية :  
● منتخبنا للشباب يتعادل مع الفريق الدانماركي ١/١

سكنون الاولى يوم الاربعاء والخامس  
يوم الجمعة القادمين لتكون هاتين  
اللياراتن اخر المباريات للجيبية التي  
يلعبها منتخبنا استعدادا لبطولة اسيا  
للشباب والتي ستقام في دولة الامارات  
العربية المتحدة

**ميتسو**  
**متعة**  
**ستلاحظ**

لمنتخب القطري لكرة القدم  
يعسكر في الدمام

**متخب : محمد الغدير**

رحمه الله الطريفي لكره الاول والذي  
مقرها القلعة في دولة البحرين  
وقالته معسكر تربيته اخر  
مدينة المحمل وذلك استعداده

وَسَقَطَ الْخَلِيجُ بِاسْتِحْقَاقٍ

تبادل الرائد والكوكب بهدف لكل منهما ويهزيمته من التعان  
بهديف مقابل هدف .. هبط الفريق الخلاجي الى دوري الدرجة  
الثانية ( باستحقاق ) ، وهو مكانه الحقيقي والمفروض ان يكون فيه  
نذ سنوات عديدة .  
الغريب ان رئيس النادي السيد محمد المطرود قد صرح قبل  
ثلاثة ايام من هبوط الفريق ان الخليج لن يهبط ابداً .  
غريب امره يا « مطرود » فعل اي اساس بنيت توقعك هذا  
والفريق لم يبق له سوى مباراة واحدة تقط امام التعان وهو فريق  
قوي وينافس على المراكز الاولى في الدوري اضافة الى ان هناك فرقاً  
اخرى متورطة في عمية الهبوط وهما الرائد وفسك ويهبطهما الخروج  
من هذه « الورطة » مع العلم ان موقفهما في سلم الدوري احسن  
بكثير من فريق الكي لم يسق طعم الفوز الا مرة واحدة .. ام ان  
المسألة « تصريحات وپس .. » على العموم مصادرنا ومعلوماتنا  
تؤكد ان فريق كرة القدم بنادي الخليج لن يكتب له الصعود مرة  
اخرى الى دوري الدرجة الاولى الا كانت هذه تصريحات مسؤوليه  
اضافة الى وضحه الترددي .  
ونحن عندما نكتب هذا الكلام لا نقصد من وراء الشماعة « لا  
سمع الله » وانما اردنا ان نبين لمحبي هذا النادي ما وصلت اليه  
ساحل شيخ اندية الدرجة الاولى فلما سقطه الى دوري الدرجة  
الثانية والفرقة لا زالت موجودة لدى ادارة النادي ومشجعيه  
للعودة بالفريق الى مكانه الطبيعي كنادي من اعرق اندية المنطقة  
الشرقية .  
.. ولا باي باي يا خليج .. وسلامتكم .  
دبور

المؤمن القوي خير وأحب إلى الله  
من المؤمن الضعيف

بمناسبة السنة الدولية للشباب  
يس التجهز المنظمة لسياح الجزيرة العربية  
أن تمام الجميع عن إقامة سياح الجزيرة العربية للجزيرة  
والذي سيقام صباح يوم الخميس ١٦/٦/١٤٠٥ هـ الموافق  
١٩٨٥/٢/٧ م ومسافته ٩١ كم ، تبدأ من ساحة  
بيبي كوكلا القصبي بالبحر وتنتهي بالدارم فقه الأزدي  
والساح مفتوح لجميع المواطنين والمقيمين من مختلف الأعمار  
والشرط الوحيد هو اجتياز الفحص الطبي .

الفاصل بين النقطتين .. الزمان قد انقضى والراحة لم يزل الاستاد  
الراحمه يتذكره .. مع تحياتي للورثه المحترمة



**MITSUBISHI**  
COLOUR TELEVISION

# ميتسوبيشي

متعة المشاهدة



## ستلاحظ الفرق فوراً الصورة الرائعة والتعدد في الاستعمالات

التلفزيون الملون

## سى تى - ١٥٠١ كيوايف إم

- ثمانية أنظمة تمكك من الحصول على جميع برامج المفضلة (تليفزيون - كاسينات فيديو - اسطوانات فيديو)
- ضابط التحكم من بعد (ريموت كنترول) ذوال ٢٣ وظيفة - يمكنك من التحكم في كل شيء).
- أنوية الصورة "الماس الأزرق" ينغرد بها ميتسوبيشي (تغطية صورة ناصعة ودقيقة).
- مغير أنوماتيك للخطوط الرئيسية للجهد الكهربائي. يضمن سلامة الجهاز من الارتفاع المفاجئ للتيار.
- مؤقت ساعة واحدة لإيقاف التشغيل.




الماس الأزرق (بلودماسوند)

الوكلاء الإقليميون في المملكة العربية السعودية

# الشركة السعودية للألكترونيات

الدمام شارع الملك خالد - تقاطع شارع ١٦ تلفون ٨٢٧١٤٤٠ / ٨٢٧٠٤٧٠  
انرياض - شارع الملك فيصل - محلة الرميص - تلفون ٢٩١٩٩٤ - جدة شارع المستنير - محلة العقيل تلفون ٦٥١٣٧٦٩ / ٦٥١٣٧٠



**شركة المجال السعودي**  
الخدمات المطارات والمنشآت  
تعلن عن حاجتها إلى شغل الوظائف الشاغرة  
لديها والخاصة **بالحراسة**  
لكل من المنطقتين الوسطى والشرقية  
ويشترط في المتقدم:

- أن يجيد القراءة والكتابة .
- يفضل من لديهم خبرة في نفس المجال .
- الأفضلية للسعوديين .. غير إلاخوة العرب
- من يحملون إقامات نظامية قابلة للتحويل .
- يجب من تتوفر لديه الشروط أعلاه الحضور إلى
- مقر الشركة مصطحباً معه ما يثبت على توافر
- الشروط المذكورة وذلك بالعنوان التالي .

**الرياض:** السليمانية بجوار سور ماركس صابر .  
تليفون : ٤٦٣٢٢١٢ / ٤٦٥٥٠٤٣  
**الخبر:** شارع الملك عبدالعزيز مركز الملكة نوال - الدور الخامس  
٤٦٥٥٠٤٣

100



# قنينة وشكر

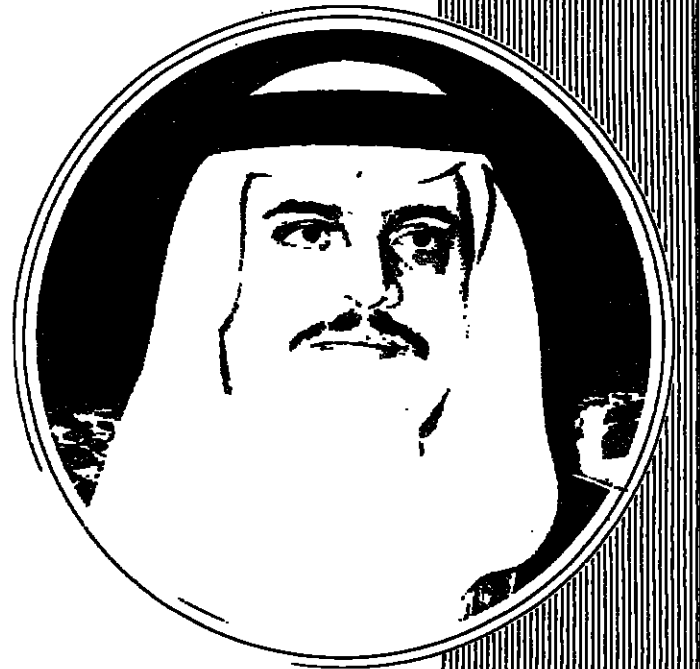
من الأعمى كاق خفي

عبد الله بن محمد بن عبد العزيز

على الثقة الملكية الغالية بما سبته توليداً إمارة المنطقة الشرقية  
سائلين المولى عز وجل لتسديد خطاه  
كما نتقدم بالشكر

لسمو الأمير عبد المحسن بن جلوي

لما قدمه للمنطقة من خدمات ونمقى لسموه وافر الصحة



مؤسسة عبد المحسن بن الخضرى العلي  
شركة الخضرى وأولاده ، شركة الخضرى ميون





عمره والحيوف

● يطن فلوس  
رخصة قيادة  
٢٢٩٨/٢/٨  
ويرجو حمد  
الى مولود عويش

● يعلن محمد  
لقد رخصت قيا  
وتاريخ ٢٥/٢  
حائل ويرجو  
مشكرا  
٢٢/٥٦٥٩٥

فقد رحل  
وتاريخ ٧/٩  
الداخلية شؤون  
عليها ان يس  
الداخلية  
٣٤/٥٦٩٦٦

● يمان عبدال  
قائد رخصة  
١١/٢  
عمر ويروج  
مشهد  
٣٧/٦٤١٢٧

المحدود بالحدود الآتية  
في أنها ملك حمد تركي  
ورشمالا الجبل بطول ٢٢٩  
محدود من الشمال جبل  
م مزعقة ادعى أنها ملك  
همن وشريك علي طحنتون  
ب بطول ٥٠ م ويحده حد  
وأرض فضاء يدعى أنها

استعمالها من مخالفة بين ٢٣/٢٣-٢٨

● يطن قلانس الجنسية عن ١/٦ وتاريخ ١/٦

جوازات المحفوظ يسلمها مشكوكا عن ١/٦

٧٠٧/٢٣/٥٧٧٤

لاحوال المدنية في نجران مد حویش مفیدا ان فخر

● تقدم لادارة  
المواطن محمد  
دعتر حفنية  
٢٢٦٠/٥/١١  
سنة يرحى مصر  
الاحوال المديرة  
احوال مدنية  
اخفاؤها الى ال

عليها النظام  
● يعلن عدد  
لوحة سيارة  
مورد حمر الدين  
ان يسلمها مش  
٣٦/١٢٢٠٤٦

**فصل**

٢٩٦٧-١٢  
ويروى عن  
الى  
٢٩٦٧-١٢  
نظير الحض  
تقدم اليها  
مستوفي

٥٣٢  
شهودين من تاريخ سنه  
في ذلك تقديم اعتراضه الى  
ولما تولى حجة تملك له فعل كل  
ولا تولى سنه ١٢٢٧ م بعد  
في عيد العريج وغرما مخل  
برجمات واشترى ١٠٢ م  
٥٣٢

تاريخ علومه  
عليه التكرم ل  
١٩٨٥م  
وتسلمه  
١١٢٢ وتاريخه  
أحد هادرة من بلدية حائل  
عليها ان يسلمها مستكبرا  
٥٣٨٠١٨٠٥٨٩٨٨

رجو ممن يعثر عليه ان ي  
اسماء

ت مكفولها السيد / مارس  
حمل جواز سفر رقم ٢٧٦  
تته مدة اجازته ولم ي  
س معه او التستر عليه  
الدينام والمعلومه ج

هـ. هلا العربية د.م.

عن فقد لوحات سيارتها  
س موديل ١٩٨٤ فعلى  
ادارة مرور الجبيل

— — — — —





من القلب نهني

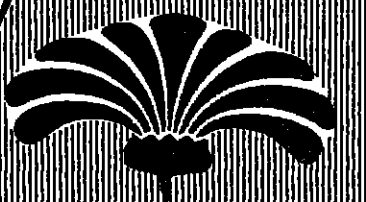
صاحب السمو الملكي الأمير محمد بن فهد بن عبد العزيز أمير المنطقة الشرقية

على الثقة الملكية العالية ... كما نقدم الشكر الجزيل

لسمو الأمير عبد المحسن بن جلوي

على ما قدمه لهذه المنطقة طيلة عمله أميراً لها

شركة أحمد ناصر البنعلي وأولاده



مع صدور الثقة الملكية الكريمة  
بتعيين صاحب السمو الملكي ...

للمير محمد بن فهد بن عبد العزيز

أميراً للمنطقة الشرقية

فإننا نرف التهنئة من الأعماق على هذه الثقة ..

كما نقدم الشكر الجزيل

لسمو الأمير عبد المحسن بن جلوي

على ما قدمه لهذه المنطقة طيلة عمله أميراً لها

مؤسسة الباحسين العقارية

لصاحبها / عبد الله محمد الباحسين

البرامج / عزيمت مسجد الجايم الكبير



من القلب نهني

صاحب السمو الملكي الأمير محمد بن فهد بن عبد العزيز

أميراً للمنطقة الشرقية

على الثقة الملكية العالية ... كما نقدم الشكر الجزيل

لسمو الأمير عبد المحسن بن جلوي

على ما قدمه لهذه المنطقة طيلة عمله أميراً لها

المجموعة شركات  
TAMIMI & FOUAD

مجموعة شركات

على عبد الله التميمي وعبد الله فؤاد بوشيت

## خلف ايه للاشتراك

تحرك كويتي - تنمه

المؤيد وزير المواصلات، محمد السيد  
المتكلم خسان علي ابراهيم  
التربية، خالد احمد الجيسر  
الاوقاف والشؤون الاسلامية،  
عبدالعزیز الراشد وزير الدولة لشؤون  
جلس الوزراء، سالم صباح  
وزير الدفاع، سلمان الدخيم  
وزير العدل والشؤون القانونية  
والاوقاف، عبدالحسين ابراهيم  
الحوطي وزير الاشغال  
والاسكان، الدكتور عبد الرحمن  
والدكتور الرفاعي وزير الكهرباء  
والماء، ناصر محمد الاحمد الجابر وزير  
المواصلات، نواف احمد الجيسر وزير  
الدخيل، يوسف محمد الصيف  
العدل والشؤون الاجتماعية.  
وكان في العهد الشيخ  
العيدان الصباح قد رفع اسماء  
التشكيل الكويتي مرعيا عن شتم  
لايم الكويت الشيخ جابر  
الصباح على الثقة التي اولها  
ومهدا انكسار على تحمل المسؤولية  
وجاء تعزيزه لشيخ سعد العيدان  
بتشكيل الوزارة الجديدة في  
انتخابات عام ٢٠٠٦ في الكويت في  
فبراير الماضي اسفرت عن فوز ٥٠  
يمثلون جميع الاتحادات الوطنية  
القومية والدينية والمثقفين  
والثقلين.

وافزت الانتخابات فوز ٢٨

\_\_\_\_\_

● تعلن بلدية الخربة لعموم المواطنين  
معارفنا لقاء ما اختلج منها لصالح  
والبلديات الآتية :  
١ - امتداد شارع مكة شرقاً (العراق)  
٢ - امتداد الهجرة العامة  
٣ - سوق الخضار والحوم  
٤ - شارع الملك فيصل (السويسية)  
٥ - الشوارع الخمسة : مكة (العراق)  
الحكمة  
٦ - امتداد شارع الملك عبدالعزيز  
٧ - امتداد امتداد الملك فيصل جنوباً  
بأن عليهم مراجعة المجلس القمعي ، بأن  
تحتسب تلكهم لهذه المعارف بشرط أن  
تجيب الاستملاك  
استعدادوا لذلك الوزير المصريف ، علماً  
وذلك قبل نهاية السنة المالية ١٤٠٥/١٤٠٤  
تجوز في البلدية والمواطنين في حالة  
الخصصة  
المين من الاخوة المواطنين وغيرهم  
الخاصة بوزن ملكيتهم لاستكمال تقديم العدة  
والتعليقات ، واه الوفاق  
١٤٠٥/١٤٠٤هـ

● تعلن امارة منطقة تبوك عن طرح  
وقم الاختار (٨) قيمة وثائق المثلج  
والشرايات لعموم المواطنين لتقديم العدة  
١٤٠٦/٧١٥٠ في الترتيب والكميات في  
دفع مبلغ ١٠٠٠٠ ريال من محضين الاوراق  
هر الساعة الثانية ظهراً من يوم السبت  
١٤٠٦/٧١٥٠هـ

- السعاة العاشرة من صباح يوم ١١/٥/١٤٠٧هـ
- تعلم جماعة الملك سعود - دارها متلفة لعموم ١٦٧/١٤٠٧هـ - وأمرها بالبنات مبطية وآخر موعد لتلقي ١٦٧/١٤٠٧هـ - وأمره فتح المدرسة ١٦٧/١٤٠٧هـ
- حسب البرقيات والموصفات (الخاتمة) الجمعة للشريعة الجامية (الطابق)
- أعلن المديرية العامة للوقائق والمواضع أدناه عن طريق المذاع ١
  - ١ - أربعة دكاكين تحت مسجد مسدود
  - ٢ - تسعة دكاكين تحت مسجد مسدود
  - ٣ - دكاكين ومخزن ورق مسجد مسدود
  - ٤ - دكاكين ومخزن ورق مسجد مسدود
  - ٥ - دكاكين ورق مسجد عديده الله
  - ٦ - دكاكين ورق طلبة البحاري عديده الله
  - ٧ - دكاكين خايلي البشيري عديده الله
  - ٨ - دكاكين سليمان عثمان الصويحي عديده الله
- فعل المديرية الراغبين في استئجار المديرية العامة للوقائق والمواضع بمكة مرشيد الحربي يوم الثلاثاء الموافق ١١/٥/١٤٠٧هـ
- المذاع الطلعي على كل دكان وفي من تحرير القيد مع دفع اجرة شهرين كذا جارى والدالة على الاستجار والمعلم جارى
- أعلن ادارة التعليم بالبوليسية عن ائزة التوسع ببعض مدارس منطقة اخر موعد لتقديم الطعاعات ١١/٥/١٤٠٧هـ
- ملاحظة: الشروط و المواصفات

\_\_\_\_\_



# نقض الفبار عن حكومة بولندية عمرها أربعون عاماً في المنفى



● ميخائيل ستانيسلاو بوريك وزير المالية

● في عام ١٩٣٩ كانوا قد امضوا عشرين عاماً يقاتلون من أجل أن تشرق شمس الحرية على بلادهم بولندا ولكن ذلك العام نفسه كان عام انهزام الحلفاء وهشيم الفكرة المثالي بين مطرقة النازية بقيادة هتلر القادم من الغرب وسندان الشيوعية برزعة ستالين الزاحف من الشرق .. ذلك العام اختاروا أن يهربوا إلى المنفى .. منفي اختبأ في رجليه اليه في بريطانيا في حقائب سفرهم وصدورهم تلك الجمهورية التي حلموا بها وهبوا إليها

انقضت سنوات الحرب ١٩٤٥ - ١٩٤٥ التي خاضوها إلى جانب الحلفاء وجاءت سنوات ما بعد الحرب بكل احيائها وخيباتها .. لم يف قادة الحرب الأوروبيون بوعدهم لهم وكانت مأساة يالطا التي تقاسم على مآلاتها اكبر غنائم الحرب دول وشعوب العالم المغلوبه وكانت بولندا من حظ ستالين ثم قامت جمهورية أخرى في بولندا ولكنها لم تذكر دعاية الحرية المتجشدين في لندن ولا قررت جهادهم المستميت من أجل الحرية

غير أن المنفيين الذين ظل الغرب يهيل عليهم غبار النسيان والامهال طيلة تلك السنوات الأربعين عاد هذه الأيام لشيء في نفسه ينقض عنهم غبار النسيان ويملهم في ضوء الإعلام واعطاهم وسلم « منفيو الحرية » .. لقد ظل هؤلاء المنفيون يعتقدون في شرعية حلمهم الجمهورية على الأقل في عقولهم وظلوا يلتصقون في اجتماع حكومي مثلاً تفعل الحكومات الشرعية كل اسبوع لينذكروا البولنديين « أن القضية مازالت قائمة .. وان الكلمة الأخيرة لم تقل

كل اسبوع منذ أربعين عاماً .. يجتمع مجلس الوزراء والذي يرأسه حالياً السيد كازيمير سابيات رئيس الوزراء الذي سيخلف الكونت اندور رازنيسكي كرئيس للجمهورية البولندية في المنفى .. هذه الجمهورية اعترف بها العالم حتى عام ١٩٤٤م عندما استولى على مادة تقسيم العالم بين الغربيين والشيوعيين في مؤتمر

يالبوا وراحت ضحية المسامحات بين زعماء العسكريين .. تضم حكومة المنفى التي بقيت شامداً على تلك الجريمة التي تخضعت عنها الحرب العالمية الثانية اثني عشر وزيراً كانوا من اعظم قادة الجيش البولندي وزعماء المقاومة البولندية

يعود قيام الجمهورية البولندية إلى العام ١٩١٨م على يد علف البيان البولندي الأسطورة اغنيس باروسكي رمز بولندا المقاتلة ومحرر موطئه بالتصاوم مع منافسه المارشال الأسبق جوزف بلسوسكس .. كان باروسكس احد اقرب اصدقاء الرئيس الأمريكي ولسون ووزير خارجية فرنسا كلمنصو فوقع اتفاقية فرساي عن بولندا بحسب وضعه كرئيس للوزراء ووزير الشؤون الخارجية قبل أن يستقيل عن كل مسؤولياته ويعود ليعمار مهنته القديمة علف بيان وقائد اوركسترا .. لقد استطاع بلسوسكس أن يقود بلاده خلال حكم صامد حتى عام ١٩٢٦م التاريخ الذي فيه استبدل به اغنيس موسيكي اخر حكام بولندا قبل الحرب

لقد اتخذت حكومة المنفى اول عاصمة لها في المنفى مدينة انجير في فرنسا حتى قضى الامان على القوات الفرنسية وهزموها فانتقلت الحكومة إلى لندن في ١٩٤٠/٧/٢٠

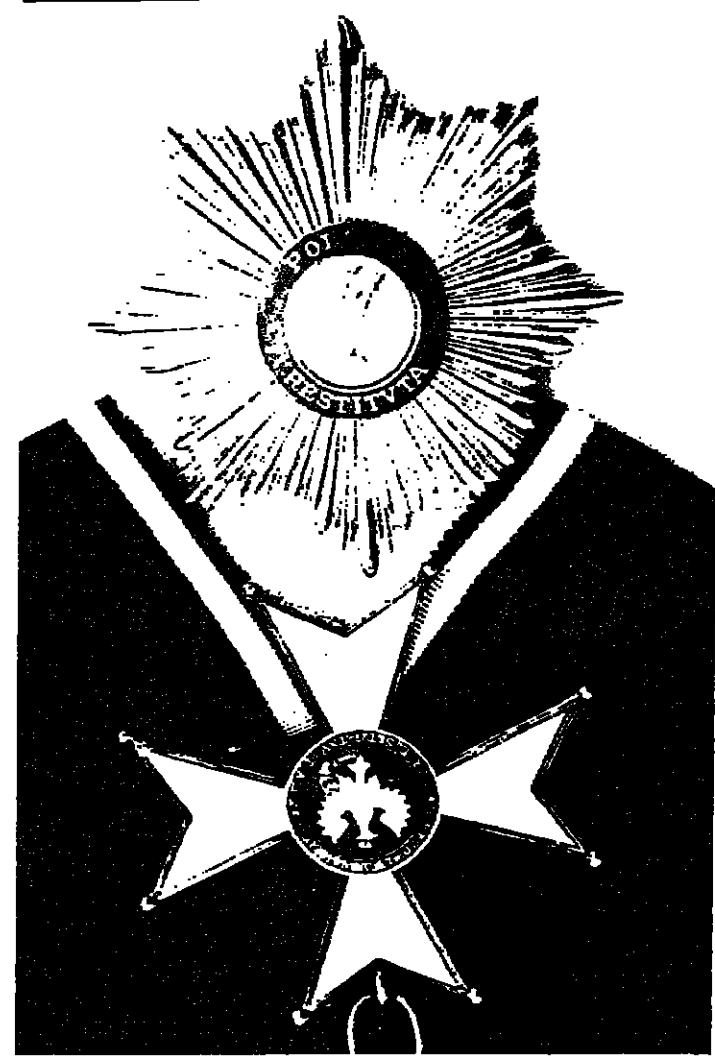
ومنذ ان جرى التوقيع على تقسيم العالم في يالطا ظلت جمهورية بولندا الحرة تحكم في اوهام البولنديين الذين هربوا امام القوات الغازية حيث يوجد حوالي خمسة وثلاثين مليون لاجئ بولندي ينتشرون في الغرب تتلقاهم أمريكا وكندا



● الكونت رازنيسكي ٩١ عاماً رئيس جمهورية المنفى وظل صور ثلاثة رؤساء جمهورية سيلين

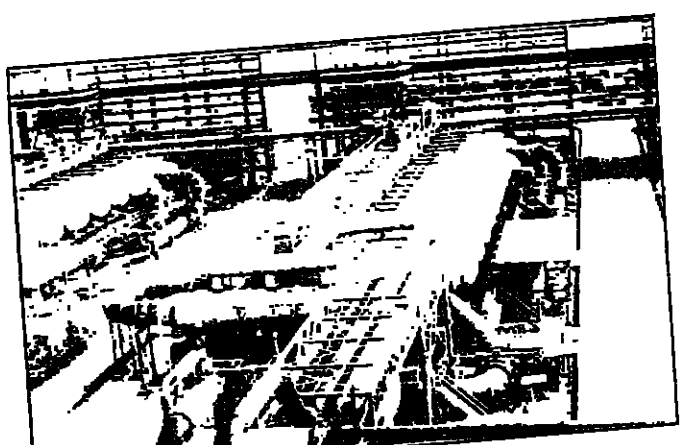
## دعوة للنباتية

القاهرة - مكتب اليوم - صفوت ابو طالب : « الهوايبة النباتية » عنوان كتاب جديد صدر مؤخراً من تأليف « جانيت باركس » .. ويعتبر هذا الكتاب عزاء لهؤلاء الذين يشكون من غلاء اللحوم .. وترويحاً للفكرة التي تدعو لها جمعيات حماية الحيوان في الغرب .. وعلى حد قول المؤلفة فإن الامتناع عن اكل لحوم الحيوانات أو الدواجن ليس فقط نكلاً انسانياً ورفقاً بمخلوقات الله .. وإنما هو ايضا صحة وعافية .. وضمان اكيد لبقاء الصحة والاحتفاظ بالشباب .. ولذلك تنصح المؤلفة وتطالب : « كن نباتياً تصبح أكثر انسانية وأوفر صحة .. وتضيف قائلة اذا لم تصنع فليفك ان تعلم ان كلمة نبات مشتقة في الأصل من كلمة باللغة اللاتينية معناها اكتساب الصحة والقوة .. وليس صحيحاً ان لحم الحيوان أكثر ثراء من النبات .. وهناك نباتات عديدة تعطى من البروتين والوحدات الحرارية أكثر مما تعطي للحوم .. فعلى سبيل المثال فإن الجرام الواحد من نبات عين



● رسام الجمهورية البولندية ضرب عام ١٩٢١ ومنح مؤخرًا لغاليسيا

## طريقة جديدة لتحلية مياه البحر



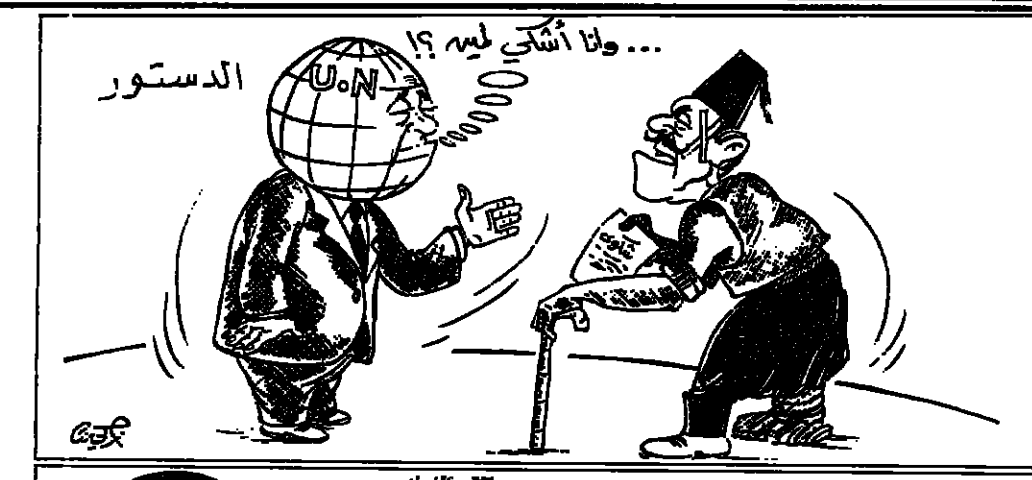
في محاولاتهم المستمرة لتوفير مياه الشرب العذبة لتلك المناطق التي تعاني من شح فيها خاصة تلك التي تقع على سواحل البحر ولا تتوفر فيها مجاري المياه العذبة اتجه العلماء لطرق ابواب جديدة بتقنيات فيها عن وسائل جديدة لتحويل مياه البحر إلى مياه للشرب .. لقد اتضح منذ فترة طويلة ان ازالة الملوحة من مياه البحر لم تعد مشكلة كبيرة يصعب التغلب عليها ولكن الذي تأكد ان العملية تحدياً صعباً أخرى وهي كيفية جعلها رخيصة التكلفة وبكميات كافية وهو الجانب الذي ظل يوجه العلماء بجهتهم إليه

ففي نهاية شهر فبراير الحالي يقول علماء في معامل ايشيغازاكي اليابانية في مركز ترقية اعادة استخدام المياه أنهم سيكملون تجربة ظلوا يجريونها خلال السنوات الخمس الماضية لآزالة الملوحة من مياه البحر عن طريق استخدام احد الغازات الطبيعية المسيلة « بتشديد الماء »

وتعتمد العملية على طريقة مبسطة تقول ان المياه المالحة عندما تتجمد فإن الملح ينفصل لحاله وتبقى المياه خالية من الاملاح غير ان المشكلة تبقى في ان تطبيق مثل هذه النظرية يحتاج إلى طاقة عالية يلزم توفيرها لتجميد المياه المالحة .. وقد نجح المعمل الياباني كما يقول في التغلب على هذه الإشكالية عندما استخدم غازاً طبيعياً في درجة برودة عالية جدا وصلت إلى ١٦٦ درجة مئوية تحت الصفر

وفي معمل الشركة جنوب غرب طوكيو يتم حقن الغاز الطبيعي عالي البرودة مباشرة في صهرج كبير مليء بمياه البحر حيث تؤدي المياه ذات الحرارة العالية نسبياً إلى تحويل كتلة الغاز البرودة إلى غاز سائل يقود بدوره مباشرة إلى تجميد المياه ومن ثم يجري ضخ كرات الماء المجمدة داخل برج للنفيل فيه تتولى غرابيل مجهرة نخل الاملاح والشوائب المذابة وتسمح للمياه العذبة بالمرور .. هذه المياه تكون في حالة تجمد طبعاً

ولهذا تنقل إلى صهرج اخر لاذابتها وخطاها بمياه غير مالحة .. في هذه المرحلة يكون الغاز الجامد قد تحول إلى حالته الغازية حيث يمكن تعبئته أو احراقه لتوفير الطاقة اللازمة لاستمرار العملية ويقول العلماء اليابانيون ان المصنع التجريبي يستطيع ان ينتج الفين وأربعمئة جالون من مياه الشرب في اليوم .. وحتى الآن فإن الطريقة اليابانية حسب قول مجلة النيوزويك الأمريكية التي نشرت الموضوع تعتبر افضل الطرق المعروفة في هذا المجال إلا ان الطريقة كلها تعتمد كفاعليتها على توفر امدادات الغاز الطبيعي المجعد باستمرار وبكميات كافية وهذه النقطة بالذات تخلق مفارقة حادة فإن كثيراً من الدول التي تنتج مثل هذا الغاز لها بدائل أخرى في الوقت الذي نجد ان الدول التي يمكنها الاستفادة من الطريقة اليابانية لا تستطيع ان توفر ثمن شرائه



الفرع في الداخل	الرجيل : شارع جرج مقار البنك السوري البولندي : ٣٦٣٧١٤ الإحصاء - الهفوف أول شارع الحدادين : ٤٨٧٨٥ حفر الباطن : شارع انعام شمارة مستعمرة طبرستان : ٧٢٢٣١٥	الرياض : شارع الستين مقابل لجامعة المجم ١٧٩٠٣٠٤/٨٧١٤١٠٥ جدة : شارع الجامعة : ١٨٠-٧٢٨/١٨٠-٣٠٥	خبر شيد : شارع الملك فيصل خلف عازل الأمير : ٢٢٣٩٨٨٠ الطائف : شارع السداد القديم قرب ستار الملك : ٧٢٣٨٨٨٠ تبوك : شارع المدينة : جوار مبنى البلدية ٤٤٣١-٤٢٠	سريفة : شارع القريب مقابل عالم التميم ٢٢٣٢١٠٠٥ عنيزة : شارع الملك فيصل الدور الأول ٣٣١٢١٨٨٠٥ الزلفي : أول طريق السراي بجوار فندق المصالح : ٤٤٢٢٢٢٠٠٥	الرس : شارع عبد العزيز : ٣٣٣٥٥٥ المستشفى العام : ٣٣٣٥٥٥ جيزان : البر : ٣٣٣٦٦٦ البريد : ٣٣٣٦٦٦ حائل : ٣٣٣٦٦٦	الدمية للنورة : قرب مسجد الإجابة شارع الشيخ : ٣٣٣٦٦٦ عرب : شارع العام : ٣٣٣٦٦٦ الفرجات : شارع الملك خالد : ٣٣٣٦٦٦ مكة : ٣٣٣٦٦٦	المجموعة : شارع العام : ٣٣٣٦٦٦ تجيران : شارع العام : ٣٣٣٦٦٦
--------------------	--	--	--	---	---	--	--

طبعته بالطابع التجاري لدار اليوم بمقره ٨٢٦٢٧٣١